

শিৱহীদাৰ

(হৈৱা অমদি মনা মশিংগী লাইয়েং)

তেলেম 'যোগেন্দ্ৰজিৎ

MANIPUR UNIVERSITY LIB
IMPHAL - 3



তেলেম * যোগেন্দ্রজিৎ

DATA LIBRARY

BY

ফোংজবা :-

তেলেম ইয়েমনুংশি দেবী
কৈশামথোং হোদাম লৈরক।

লাইব্রেরি কংফম :-

তেলেম চিতরজন
কৈশামথোং হোদাম লৈরক।

মমল - লুপা ১৯৫ (লাইব্রেরী এডিসন)

ফোংবা, ২০০৮

কোপী- ১০০০

ব্রাহৌদোক

শিদ হীদাক হায়বা ব্রাহৌ অসি কমদৌনা থোকত্রিবনো হায়বসি নৈনরগা লাইরিক অসি পাবদা পুক্রিংগী চিংনবা কয়ামুক কোজুনা পারুবগী মাই য়ানগনি। শিদবা হীদাক-অমুত ইংরেজদা = Nectar মদু চারুরগা হকচাংগী মচী ওইবা শরুক মাই ফগৎলগা অসি অনা ওজুনা হিংদুনা লৈগদববু শিদ হীদাক কৌই। আয়ুর্বেদ শাস্ত্রদা মসিবু রসায়ণ কৌই। রস পুয়ুমকী তুংনফম হায়বনি। শিদহীদাক শিজিন্নরগা পুনশি শাংদোকহল্লি। নিংশিংনবা শক্তি হেনগৎলি। অনাবা কোকস, লৌনগনবা লায়না ওকথোকই। মসিগী মথক্তা হীদাকশিং অসিদা হুয়াওদবা মরমনা চারুরগা হকচাংদা করিমত্তা মছ লৈহৌদে। ফগৎপদ মথংগনি। তৌইগুন্সুং শোয়দনা শিরগদবা মীদা পিজরুরগা হিংগৎলক্কনি হায়না আশা তৌবদি যাদে। হকচাংগী জীবনি শক্তি যোজুনা থম্মী হায়বতনি। নুমিং খুদিংগী হকচাং অসিদ শিথরকপা রস অদুবু অমুক যোকখংলি হায়দুনা হায়রুবতনি।

মহৌশা কৌবী লাইরেন্সীনা মচাশিংবু অনা অয়েক পুয়ুমক কোরুবগীদমত্তা মফম খুদিংমত্তা অসিগুন্সু শিদহীদাকশিং অসি হৌহন্দুনা থম্মী। তৌইগুন্সুং ঐখোইনা মশক খংলুদবদগী শিদহীদাকশিং অসিবু শিজিন্নদনা অরেন্সদা মাংদুনা তোকই। মীরৈবাক মচানা হীদাকশিং অসিগী মকুপ (powder) মহী (decoction) অমসুং যু (spirit) ওজোজুনা ফজ ফজরবা লেবেল নপলগা ঐখোইদা য়োনদুন শেল তাল্লি। করিমুক হায়গনি। পেরুক, এনশিল, নুংশিহীদাক, হংগাম মরুনা মশক খংহন্দনা ঐখোইদা শেল কয়া লৌথবনি। নোংমাংখা, হৈফ্র: তুলসী মনানা শেম্বা হীদাক কয়া ফার্মাসি কয়াদা হজিক ফাওবা যোল্লিবশিং অসি মীরৈবাক্তগী থারকপা মরমনা অপুন্সু নমথিবা ওজুনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। নয়ুমদা, ইংখোলদা তগৎ তগৎ তেনা হৌরিবা শিদহীদাকশিং অদু মশক মুন্না খংলগা শিজিন্নরবদি মতিক চপচানা হকচাং ফগৎপা ওমগদবনি। জার্মান, আমেরিকা ইউরোপতা "Herbal cure"

হায়না মমিং থোন্দুনা শিদিহীদাকশিং অসিতনা লাইয়েংনখরে। ঐনা লাইরিক অসি ইগে খঞ্জবা কুইরবনি। ঐগী মরুপ অমনা হীদাকী ক্যাটলোগ অমদগী “ব্রাহ্মীভূতি” কৌবা হীদাক অমা চেম্বী হাংদোক্তুনা য়েংলুবদা পেরুক অকংবা তোলা ৩ খক য়াওরম্মী। তোলা অহ্ম অদুগী মমলদি লুপা ৩১১০ রোম হেম্মা তাখি। মদু উরুবদগী লাইরিক অসিনা ইরগা মফম মরাং খংদনা মীরৈবাক্তা শেল চংখিবা অসি থিংনবা উপায় ওইবদা নন্তনা লাইরবা অনংবা অনাবা কয়্যগী অরাবা কোকপা য়াই খন্দুনা লাইরিক অসি ইজখি।

লাইরিক অসি লেংবদা শ্রী ১০৮ যুক্ত স্বামী শিবানন্দ সরস্বতীগী Home Remedies, আরোগ্য জীবন Health and long life নচিংবা শ্রীস্বামী একনাথকী Dictionary of Indian and foreign Medicine শ্রীনগেন্দ্রনাথ সেনগুপ্তগী Indian Indigenous Drug শ্রীশশিচন্দ্র দাসগুপ্তগী Home and village Doctor নচিংবা লাইরিক্তগী য়ামনা য়াওরি। মরু ওইনা কবিরাজ শ্রীবীরেন্দ্রনাথ রায়, এম, এস, সিগী আয়ুর্বেদ উপদেশতগী অমসুং হীদাকী মঙাল লেংলম্মা শ্রী এল, বী শম্মদগী অমসুং ডাক্তর চন্দ্র চক্রবর্তী এম, ডি, পি, এইচ ডিগী Reliable Home Remedy, অমসুং ডাক্তর দে সিংহগী Practical of Nature Cure দগী কান্ন কান্নবা মণিপুরদ ফংগনবা মথৈ খুগংলগা লাইরিক অসি লেংজখিবনি। মরম অসিনা পুকচেল চাওরবা ডাক্তর অমসুং কবিরাজশিং অসিদগী পুন্সি চুপ্পা লম্মন তোনজরবনি। খংদবা, চিংনবা অমসুং অরানবা থেংনবিদুনা লেখকতা খংহনবিরক্কবদি য়ান্না নুংঙাইজগনি। ইতি -

ইম্ফাল

দ্বি ন্যাচর কিস্তর হোম।

লাইরিক লেংবা

তাং ১।৫।৫৩ ইং।

শিদিহীদাকী হীরম লামায়

	হীরম		লামায়
১।	তুলসী	—	১—৩
২।	পেরুক	—	৪—৭
৩।	হৈখাগোক	—	৮—৯
৪।	তিংথৌ	—	৯—১০
৫।	এনশীল	—	১১
৬।	নুংশিহীদাক	—	১২—১৩
৭।	ইকাইথবী	—	১৩
৮।	উরিকশিবী	—	১৪
৯।	হরিতকী	—	১৫—১৬
১০।	হেগু	—	১৭—১৯
১১।	বহেড়া	—	১৯
১২।	নুংগারৈ	—	২০—২১
১৩।	ষষ্টিমধু	—	২২—২৩
১৪।	নোংমাংখা	—	২৩—২৪
১৫।	চনম	—	২৫—২৭
১৬।	য়াইঙং	—	২৭—২৮
১৭।	শিং	—	২৮—২৯
১৮।	ওকহিদাক	—	৩০
১৯।	চনম	—	৩০—৩২
২০।	মাইয়েকফা	—	৩২—৩৩
২১।	খুজুম পেরে	—	৩৪—৩৫

২২।	কেগে মরু	—	৩৫—৩৭
২৩।	ঘৃত কুমারী	—	৩৭—৩৮
২৪।	কফোই	—	৩৮
২৫।	লোংমপাল	—	৩৯
২৬।	নিংথৌ খোংলৈ	—	৩৯—৪২
২৭।	অরাথবী	—	৪২
২৮।	চহুই	—	৪৩—৪৪
২৯।	হনুরৈ	—	৪৫
৩০।	ওইনম	—	৪৫
৩১।	অপরাজিতা	—	৪৫
৩২।	দালচিনি	—	৪৬
৩৩।	তেরা	—	৪৬
৩৪।	লশিং পাস্বী	—	৪৬—৪৭
৩৫।	তেলহীদাক	—	৪৭
৩৬।	শীঙ্গরৈ	—	৪৭—৪৮
৩৭।	কুথাপ	—	৪৮
৩৮।	চরোই তোং	—	৪৮
৩৯।	লীন মরৈ	—	৪৯
৪০।	কৌবুয়াই	—	৪৯
৪১।	লৈপাক কুন্দো	—	৫০
৪২।	মুকথুরুবি	—	৫০
৪৩।	গুজ্জা—মালা	—	৫১
৪৪।	মনাহিদাক	—	৫১
৪৫।	তেংনো	—	৫১

৪৬।	হৈনজোম	—	৫২
৪৭।	লম হৈজাং	—	৫২
৪৮।	লৈপুং খাংগা	—	৫২
৪৯।	শিং মাংগা	—	৫৩
৫০।	মোনশাওবী	—	৫৩
৫১।	উতোংলৈ	—	৫৪
৫২।	শগোলহীদাক	—	৫৪
৫৩।	শগোলহীদাক অমুবা	—	৫৫
৫৪।	অক্কোং	—	৫৫
৫৫।	কবিরৈ	—	৫৫
৫৬।	কেগেমানবী	—	৫৬
৫৭।	অরাকেগে	—	৫৬
৫৮।	কেগে	—	৫৭
৫৯।	চেংক্রক তিংখং পান্দবি	—	৫৭
৬০।	চেংক্রক তিংখং পানবা	—	৫৮
৬১।	ঈশিং এনশাং	—	৫৮
৬২।	কোম্প্রক তুজোম্বী	—	৫৯
৬৩।	চেংগুম পান্বী	—	৫৯
৬৪।	পাইরক পাইথু	—	৫৯-৬২
৬৫।	যুমগীহীদাক থাও	—	৬২-৭০
৬৬।	শিদহীদাকী জীবন চক্র	—	৭১-৭৭
৬৭।	শল্লাইগী লাইয়েং	—	৭৮-৮২
৬৮।	মচুগী লাইয়েং	—	৮২-৮৭

তুলসী

সংস্কৃত = হিন্দী—বারান্দু—তুলসী : বশ্বে তামি মহারাষ্ট্র :

বাংলা মনিপুরী লোল খুদিংমক্তা তুলসী হায়রগা অদুম খংনৈ।
ইংরেজী লোন্ডা Ocimum Sanctum (Holy-Basil)

হিন্দু খুদিংমক্তা পান্ধী অসিবু যুম খুদিংমক্তা থারগা পুজা তৌনৈ।
মচুম থকপা মনা শিজিন্নরগা পাপ পুম্মক মাংই হায়না থাজনৈ। মশাগী
মালা শারগা ঙ্গকশমদা শিনৈ। করিগুম্বা অচাপোৎ অমত্তং ঈশ্বরদা কংপদা
তুলসী মনা হাপুনা কংনৈ। মসিগী য়াম্মা থুপ্পা মরম অমা লৈরম্বা য়াই।
তৌইগুম্বসুং লাইরিক মচা অসিদা নৈনগদৌবিবা অসিদি মরম অদুগী নত্তে।
হীদাক ওইনা করি কান্নবগে হায়বা মরমদনি।

তুলসী মখল অনি—শুই কুম্ তুলসী (তুলসী অমুবী) অমসুং শিব
তুলসী (তুলসী অঙৌবী) মথক্কী মখল অনি অসি নত্তনা রাম তুলসী কৌবা
খোংজাই নাপী মানবা মখল অমসু লৈ। মদুমক্তি কনা গুম্বগী মত্তা তুলসীগী
মনুং চন্নদে। তুলসী অঙৌবীদগী অমুক হেন্না গুণ লৈ। তুলসীনা হকচাংগী
মৈ কলহল্লি। অরুম লাইহৌ ফহল্লি লোক নুংশিৎকী লাইনা ফহল্লি
তৌইগুম্বসুং পিত্ত হেনগৎহল্লি।

লগুনগী “ইন্স্পিরিয়েল বিসার্চ সেন্টব’ দা অফাওবা ডাক্তর
অনিথক্কা তুলসী মনাগী মহী অদু analyse (রাসয়নিক পৃথক্করণ) তৌদুনা
যেংবদা মখল মখা অয়াম্বা লাইনা কয়ামুক্কী মহিক মাংহনবা ওম্বা থাউ মখল
অমা যাওরি হায়না লেপখি।

ভারতবর্ষদদি তুলসী অসি থাইনদগী হৌনা আয়ুর্বেদা শাস্ত্রদা তুলসীবু
য়াম্মা মগুণ থাগৎতুনা শিজিন্নরকই। ভাব প্রকাশ কৌবা লাইয়েং

লাইরিজ্জা চরপবী (অখাব)কড়বী (অয়াকপা) অগ্গিপুদিপক (চাব তুম্নব
মৈ কলহনবা) থম্মোয়গী লায়না পুম্মমজ্জা কফ অমসুং বাতন শাক্কি হাযনা
যাম্মা থাগৎলি। অঙাংগী লোক অয়ান্না তুলসী মনানা স্বাইদগী হেন্না ফৈ।

তুলসী মনা মপান্নী পুম্মমক হীদাক ওইনা শিজিন্নবা যাই। তৌইগুম্মসুং
মনাগী মহীনা স্বাইদগী হেন্না ফৈ।

- ১। তুলসী মনা অকংবগী মকুপ নাতোন্দা চিংশিল্লগা মনুংদা লৈব তিল
মথৈ শিহ্লি।
- ২। তীল কাং অমসুং খোইনচিংবা মছ পানবা জীবনা চিকপদা তুলসী
মনা শুগাইরগা থোন্না হু কাদে।
- ৩। লীলনা চিকপদা চিকফমদা ময়া শৎলগা তুলসী মনা শুগাইরগা
থোন্না অমসুং মনাগী মহী চামচ ২ খক পিথকপা কান্নগনি।
- ৪। লোক লাইহৌদা তুলসী মনাগী মহি চামচ ৩ খোইহী চামচ অমা পুং
৪।৪ কান্ননা ৩ লক পিথকপা যাম্মা কান্নে।
- ৫। তুলসী মনাগী মঁহী চামচ ৩ শীং মহী চামচ মখাই অমা গোলমবিচ
মরু ৩ তকখাইরগা পিথকপদা লাইহৌ পুম্মমক ফৈ।
- ৬। মরু ওইনা মেলেরিয়া (অরুমদা) তুলসী মনাগী হিদাক অসি মথক্কী
চাং অসি নোংমদা পুং ৪ কান্ননা পিথক্কগা অরুম যাম্মা থুনা ফবা
ঙুম্মী। অরুম অপুন্না ওইরবদি চরা হেল্লগা পুক্কী থারিন অসি
এনেমানা তেংথেক্কদবনি। অমসুং চরা হেল্লিঙে মনুংদা তুলসী মনাগী
হিদাক অসি শিজিন্নগদবনি।
- ৭। থাং তেন্না শোকতুনা ঈ থোকপদা তুলসী মনা শুগাইরগা মহী
শুমজিনবা অমসুং থোমজিনবা ঈ খক্কনি। অমসুং খক লাইজৌরোই।

- ৮। তুলসী মক তকখাইরগা লৌবা থা ওদি (গনোরিয়া) নাই তাবা লাইনা ফহল্লি।
- ৯। মিৎ নাবদা তুলসী মনাগী মহি মিত্তা ড্রোপ ২।৩ তাহল্লবদি মিৎ নাবা ফৈ।
- ১০। তুলসী মনা মহীনা তংখাই অমা চম্প্রা মহীনা তংখাই অমা ওইহল্লগা উনশাগী লায়না পুন্মমত্তা তৈবদা ফহনবা ওম্মী।
- ১১। তুলসী থাও অহিংবদা ভৌবগী মহীনা নাকোংদা হাপচল্লগা নাকোং মনুংদা চিকপা, লাইখল থুংবা, নাই তাবা পুন্মমক ফহনবা ওম্মী।
- ১২। তুলসী মনা শাইদুনা চারগা শংগোম থকলবদি ফস্বী ফৈ।
- ১৩। লোক শিংপদা ঈ যাওবদু তুলসী মনাগী মহি চামচ ও খোইহি চামচ অমা যাল্লগা নোংমদা ও লক থকপদা ঈ যালবা লেপ্পি।
- ১৪। লোক কংখু খুবদা শংগোম+চিনি+ ঈশিং লোল্লগা চা মনা থকপপ্তম তুলসী মনা থাকতুনা অয়ুক খুদিং অমসুং তুমলমদাইদা পৌরা মখাই অমমম থকলবদি হাবা কাংখু কয়ামুক ফহনবা ওম্মী।
- ১৫। লাইনা খুদিংমত্তা হীদাক তৌফম খংলকত্রা মতমদা তুলসী মনা শুবগী মহি চামচ ও খোইহি চামচ অম গোলমরিচ মক ও যাল্লবগা পিথকপদা কান্নগান।
- মফম -- মখলগী খুদিংদা।
- মপালশংপ নোংজুথা অমসুং নিংথমথা
- শিজল্লগদবা পঞ্চাঙ্গ--মনা মক, মকু, মরা।
- মাত্রা (চাং)--অফুৎপা মহী তোলা ২ দগী ৫ মহী ১.২
- অমসুং মনাগী মকুপ ১-২ --তোলা মকগী অমসুং মকুপ।

পেরুক

INDIAN PENNY WORD

Hydrocotylo asiatica

সংস্কৃত—ব্রাহ্মী; বাংলা—থুলকুরী—হিন্দী ব্রাহ্মী মণ্ডকী।

পেরুক মশা পুন্মক হীদাক ওইনা শিজিন্নবা যাই। জিবনীশক্তি চাওখংহনবা তীং হাম্মা, ঈশিং পৌহনবা, হকচাং তেকখংহনবা, লোক, ঈশিং বীনচিংবা ফহনবা হিদাকনি। নুমিং খুদিংগী শিজিন্নবদা বুদ্ধি মেধা ফহনবা ওম্বা হিদাক মখল অমনি। লাইথুং অমুবা অমসুং অহোরাই থুংবদা শিজিন্নরগা অনাবা ফহনবা ওম্বী। শারৈ, লমপ্রাই ঈপাইখরালবীনচিংবা শিংলিগী লাইনাশিংদা পেরুক শিজিন্নরগা ফগৎপা ওম্বী। অঙাংগী লায়না অয়াস্বদা অমসুং ঈশিং মরী ফত্তবা খোংহাস্বা যাদবনচিংবা লায়নাদা শিজিন্নবা কান্নগনি। অহিংদা সপ্নদোষ তৌবনচিংবা গোনোরিয়া, সিফিলিসনচিংবা ধাতুগী লায়না অয়াস্বদা শিজিন্নবা কান্নে। মণিপুরদা য়াম্মা হোংনা ফংলবসু মীরেবাক্তদি য়াম্মা তাংনা ফংবা হীদাকনি। মাত্রা=পেরুক মহীনা তোলা ২ ফাউবা মাত্রা ওইনা শিজিন্নবা যাই। অদুগা মকুপনা গ্রেন ৫ দগী ১০ ফাউবা।

পেরুক্তা যাওবা—রেসিন (Resin) চিনি, গন্ধক, টেনিন, (Volaline priciple)

হিদাক শেম্বগী নিয়ম অতেকপগী মহী লৌবদি মনা মখোক অমসুং মরা যাওনা শুরগা ফংবা মহী। অদুগা মকুপ ওইনা লৌগে হায়রগা উরুমদা কংহল্লগা শেমগদবা নুমিত্তা নুংশাদা ফৌদোক্তুনা কংহনবা অমসুং শুরগা ফী অপাবা অমদা নিকথোকলগা মখুম পানবা লিক্কি ১দা হাপতুনা থম্বা।

- ১। পেরুক খুবাম অমা পুং ৪ রোম ঈশিংদা তিংথোক্লগা বদাম মরু ৩ তালমিশি তোলা অমা পুল্লপনা নুংদা তকখাইরগা শঙ্কোম পৌরা অমদা হাপতুনা অয়ুক অমুক অমসুং নুংদাংরাইরম অমুক থকলবদি শারৈ, লমপ্রাই, কোকঙাওবা, ঈশিং মরী ফত্তবা হকচাং ঈচোক চোকথবা পুক মনুংদা চাফংপা অমসুং পোম্ব তংবদা ফরবা হীদাকনি। মরু ওইনা বুদ্ধি ফত্তবা মীগী থোপ ফৈ। ঈশৈ শকপা অমসুং রারী লিবনচিংবা মীনা থকলগা খোজ্জেল ফৈ। মথক্তা তাকলিবা হীদাক অসিনা পুত্তা লৈরমবা তীল মথৈসু মপান্দা তান্হোকই ফীরাক ফহল্লি।
- ২। মনা অকংবগী মকুপনা মলম শাবা যাই। শঙ্কোম মাখোল তোংশিল্লগা নত্রগা ঘীদা শোক তৌদুনা থোংলগা মলম অসিনা খুইং, লাইথুং, অপাং অমসুং টাক্কিগী চাফাংপা তৈবা কান্নগনি। নত্রগা অকংবা মকুপ অদুনা মচুম তাবা অপাং অনোমদা চাইশনবা হীদাক (Dusting Powder) ওইনা শিজিল্লবা যাই।
- ৩। এনশিন মহীনা চামচ ৩ পেরুক মহীনা চামচ ৩ খোহি চামচ অমা যাল্লগা থকপদা পুক কংখং কংখন্তুনা মাংবা চাবা তুমদবদা শিজিল্লবা যাম্মা কান্নরবা হীদাক্কি। অঙাংদা ওইববদি অহলগী তংখাই শিজিল্লগদবনি।
- ৪। পেরুক মহী তোলা ২।।০ ঈশিং পৌরা অমদা মিনিট ২০ লোল্লগা চুমথোকউ। তোলা ২।।০ দগী তোলা ৫ ফাউবা পিথকউ। হীদাক অসিনা খোংহাস্বা, ঈতোল ফাইবা, ফীরাক ফত্তবা, নুপীগী ফীণ্ডো চংপা, গোনোরিয়া, ধাতুগী লায়না অয়াস্বা কোক্কনি। লাইথুং থুংবা ঘীদা পিথক্লবদি চাবা তুম্মা হেনগৎলক্কনি। অমসুং অপাংপদু থোংপা হেনগৎলক্কনি।

মথক্তা তাকত্রিবা হীদাকশিং অসি নত্তনা “ব্রাহ্মীকল্প” কৌবা নুমিৎ ৩১ নি শিজিন্নগদবা হীদাক অমগা লৈরি। পেরুকনা হকচাংগী ঈ শেংদবা অমসুং শারৈ, লাইথুং, থাগী খোংচং কাইবা শিংলি ফত্তবদগী পোকপা লায়নাশিং অমসুং লোক, পুকথিনবা ঈশিং মরী ফত্তবা অমসুং অঙাও অফৈ বুদ্ধি চোইবা মফম খংদনা হেক হেক ব্রাহ্মগনবনচিংবা লায়নাশিংদা শিজিন্নগদবনি।

‘ব্রাহ্মীকল্প’ শিজিন্নগে হায়বা মী অদুদি অহানবদা থিরিন অসি তেংথোক্কদবনি। ঈশিং লুম্বুশাবা সের অমরোমদা খোহি নত্রগা চম্প্রামহী খরা যাল্লগা এনেমা নত্রগা ডুস তৌদুনা তেংথোক্কনি নত্রগা সোনা মুখী $\frac{1}{8}$ তোলা শীং $\frac{1}{8}$ তোলা কিসমিস তোলা অমা ঈশিং পৌরা অমদা হাপুনা মিনিট ২০ মুক ফুৎলগা চুমথোক্কগা থক্কনি। থংনবা নুমিৎত্তা পেরুক অতেকপা তোলা ১০ (মখাই) অমা নিংথিজন্য তকখাইবগা চাগদবনি। তোলা ১০ অদুনা শক্কক অনি থোকলগা অয়ুক্তা তোলা $\frac{1}{8}$ চাগনি। চাবা মতুং পুং ওগী তুংদা যামদ্রবদা শঙ্কোম সের $\frac{1}{2}$ অমদগী তাদনা ইশানা হজম তৌবা ওমগদবা চাং য়েংদুনা শঙ্কোম অশেংবা থক্কদবনি। শঙ্কোম ভৌবা মতমদা পেরুক মনা ৬ থক শঙ্কোমদা ফুৎমিন্নগদবনি। কবিগুস্তা শঙ্কোম ফাউবা নিংথিনা তুস্তা ওমদবা মীদদি হামেং মথোম শিজিন্নবা যাগনি। নুমিৎ ৩ নত্রগা ৪ নি শুবা নুমিত্তা শঙ্কোম অদু থকপদা তুস্তা ওমদ্রবদি শিং অকংবা নত্রগা পিপুল (উচিথি) মকুপ খরা য়ানশনবা য়াগনি।

কল্প অসি শিজিন্নরিঙৈদা চাক, হর্রাইনচিংবা মরু মরাং অমত্তা শিজিন্নবা য়াদে। শঙ্কোম নত্তনা করিমত্তা থকপা য়াদে। ইন্দ্রিয় সংযম তৌগদবনি। ঈশ্বরদা য়াল্লা প্রার্থনা তৌগদবনি। অমসুং উপ্পা থক হিপলোইদবনি। নুমিৎ ৪৫ নি শুনা কল্প অসি শিজিন্নগে হায়রবদি —

১নব নুমডা মাষা ৩ ($\frac{১}{৪}$ তেল) অমুক অমুক নুমিদাংরাই অমুক।

২শুবা নুমিৎ —, ৪

(৩+৪+৫+৬) শুবা নুমিৎ—মাষা ৫

৭ শুবা নুমিৎ , , ,

(৮+৯+১০+১১+১২+১৩+১৪) শুবা নুমিৎ—৯

১৫ দগী ২১ নি শুবা নুমিৎ ফাওবা—মাষা ২৩

(২২+২৩+২৪+২৫+২৬+২৭)

(২৮ নি শুবা নুমিৎ —মাষ ৩০)

(২৯+৩০) ৩১ নি শুবা নুঃ—মাষা ৩৩

নুমিৎ ৩২ নি শুবদগী অমুক মাষা অনি তাথরকপনা হান্নগী মাষা ৩ চাব অদুদা হনজল্লকদবনি। নুমিৎ ৪৫ নি হেক শুবা নুমিৎ অদুদাদি অযুড্ডা মাষা ৩ নুংদাংরাইবম মাষা ৩ চাবা ইহান হান্না হৌথিবা নুমিৎ ২দুদা হনজল্লকদবনি কল্ল অসি মপুং হেক ফাব মতুংদগীদি অহানবদা হৈ মই থক্কনি। মথংদ চানা অহিংবা। অদুদগী চেং অরিবনচিংবা থুনা তুমগদবা চিঞ্জাক য়েংদুনা চাখৎলক্কনি। কল্ল অসি শিজিন্নরিঙৈ মতমদা অমসুং লাইয়েংলিঙৈ তিলহৌ থাও, মোরোক, মঙ্গেনচিংবা অশিনবা পোং চাবা য়াদে। য়েংগদবা—করিগুম্বা খোং হান্সা য়ৈখৎকনবা মী ওইরবাদি ঈশিং লুম্বু শাবা সেরমুক্কা ইতত্তুনা পুক তেংথোক্কদবনি।

হৈখাগোক

GENUS AEGLE CORR

সং—হিন্দী—বাং—বিল্ব, শ্রীফল, শিবদ্রুম, বেল ইংলিশ—Stone Apple

শংমুল্লবা হৈ হাজমশক্তি হেনগৎহল্লি। গুল্লী লায়না অয়ান্না ফহল্লি।
অমুনবনা মাংথোকহল্লি। মনানা—লোক লাইহৌ মাংবা য়ৈখৎপা,
হুম্মাংঙানবনচিংবদা ফহল্লি। ঈশিং পুকচৎ ফহল্লি। হুম্মাং শৌদোকহল্লি।
বীর্ষাবর্দ্ধক (ফস্তুী ফহল্লি) অমসুং কামদমন তৌবদা কান্নৈ। ভিটামিন এ
অমসুং সি মরাংকাইনা যাওবি।

১। হৈখাগোক শংমুল্লববা অমা লৈপাকনা (লৈখোমন) য়োমশল্লগা মৈদা
লৌরগা তংখাই অমা চিনি অঙৌবা চামচ ২ ঈশিং আউঙ্গ ৮
(পৌরা ১)দা যান্নদুনা থল্লগা খোংহান্না, ঈতোন ফাইবা, অঙাংগী
মশা শাগৎতুনা নাবদা যান্না কান্নৈ।

চাং তোলা ২ নোংমদা ২—৩ লক।

২। হৈখাগোক ১গী মতোংগা—শঙ্কোম ছানামহি নত্রগা তক্র চিনি খরা
গোলমবিচ মক খরা তকখাইবগা থুম খরগা যাল্লগা নোংমদা ৩ লক
থল্লবদি পুক নাবা ঈতোন ফাইবা ফৈ।

৩। ফীরাঙ্কী লায়না খুদিংমক্তা অমসুং চাবা তুমদবদা হৈখাগোক মনা
শুবগী মহি চামচ ৩, খোইহি চামচ অমা গোলমবিচ মক ৩ যান্নরগা
থকপা—হীদাক অসিনা লোক অমসুং হকচাং শাগৎপা মিত্তা নাপু
কাবনচিংবদা যান্না কান্নৈ।

- ৪। নুমিৎ খুদিংগী মনা অনৌবা খরা শাইদুনা চারগা শঙ্কোম থকপা ঈশিং পুকচৎপা ফৈ।
- ৫। মিস্তা নাপুকাব, ঈশিংদা নাপুমানবা চৎপা, কুচু নাপুমচু মানবা (“কামলা রোগ” jundice) তা হৈখাগোক মনা শুবগী মহি চামচ ৩ খোইহি চামচ অমা নোংমগী ৩ লক থকপা কান্নগনি।
- ৬। হৈখাগোক মতোং তোলা ৫ ঈশিং পৌরা অমদা য়ালা মুলা মহি তংখাই অমা ফাউবা কংশলা ফুংলগা মিশ্রি নত্রগা চিনি খরা নত্রগা খোইহি চামচ মচা ২ য়ানদুনা পিথকলগা ইতোন ফাইবা ঈ য়াউবা, তোলহাও অমসুং মরেক মহাও ঙাক্তা মাংবনচিংবা লায়না ফহল্লি।
 যাওবা—হৈখাগোক্তা টেনিন যাওই। গম অমসুং মনা মশিংগী ওইবা এসিড (অশিনবা) অমসুং চিনিগী শরুক খরা যাওরি। ভিটামিন এ অমসুং সি মরাং কাইনা যাওরি। হিন্দু লম্বোইবা শিংনা স্নাহিদাক যাওরি হায়না থাজনৈ।
- ৭। চিফেৎ চিফেৎ মাংবা ঈপাই থিফাইদা—হৈখাগোক মতোংগী হিদাক নং ২ শুবগিদা শিং অকংবা মকুপ খরা য়ানদুনা থকলবদি—য়ালা খুনা ফগৎহল্লি।

তিংথৌ

CYDON DACTYDEN

সংস্কৃত লোন্দা দূবর্বা কৌই। মরাবু হিদাক ওইনা শিজমৈ। হিন্দুশিংগী পূজা কৎপদা তোইনা শিজমৈ। য়ালা হোংলবা হিদাকশিংগী মনুংদা তিংথৌদি অথোইবা শিদিহিদাক অমনি।

- ১। ঈ ওবা অমসুং ঈ হাথবদা তিংথৌ মহী চামচ ৩ খোইহী চামচ অমা য়াল্লগা লেজুনা চাব নত্রগা থকপা য়াল্লা থুনা ঈ খকই।
- ২। থাং তেন্না শোকপদা ঈ থোকবদি—শুগাইবগা মহী শুমজনবা অমসুং শুগাইবদু থোমলগা ঈ খকই।
- ৩। তিংথৌ মহীগা শঙ্গোমগা য়াল্লবগা থকপা নুংশং ঈ তাবা ফৈ।
- ৪। থোং হান্দদা ঈশিং থিংত্রগা তিংথৌ শুম্বগী মহী পিথকলগা ঈশিং পৌরকই।
- ৫। তিংথৌ মরা ফুৎপগী মহী নোংমদা পৌরা ৩ খক থকলগা টাক্কীগী হু চম্মী।
- ৬। লোকশিংপদা ঈ য়াওরবদি তিংথৌ শুম্বগী মহী চামচ ৩ খোইহী চামচ অমগা য়াল্লবা ৩।৪ রক নোংমগী থকপদা য়াল্লা থুনা ফৈ।
- ৭। নাতোন নাই তাবদা তিংথৌ মহী নাতোন্দা চিংশল্লগা ঈ থুনা খকই।
- ৮। ঈশিং চৎপদা ঈ য়াওরবদি শঙ্গোমনা শরুক অমা ঈশিংনা শরুক ৩ তিংথৌ মরা $\frac{1}{8}$ থোকপগী অমা ফুৎলগা থকপদা লেম্মী।
- ৯। নুপীগী খোংচৎ হেন্না লাকপদা তিংথৌ মহী+খোইহী নং ৬ কী চাং য়েংগদবা :- মথক্কী হিদাক অসিদা চল্লবদা নত্তনা মমৈদা পঞ্চমরা রসায়নদা তিংথৌগী য়াল্লা কাল্লবদা হীদাক অমা য়াওরকখিগনি।
- ১০। মিৎ নাবদা ঈ কাদুনা মিৎশাং য়াল্লা থাংদুনা নাবদা তিংথৌ মহী হাপলগা ফগনি।

এনশীল

OXALIS LINN

সংস্কৃত—চক্রিকা বাৎ—আমরুল—হিং—অম্বিলী।

এনশীলগী মগুণ অমুক থোইনা হেন্না শিংথারুদুনা বা শাংথিদুনা তোন্ধনি। শিল্লি হায়দুনা এমগিশিল কৌই। শিনবদি শিল্লি গাএল ফৈ হায়দুনা মীতৈ মাইবনা এনশীল কৌই। এসিড ওক্সলেড (Acid oxalate of potassium) গী শরুক য়াওই।

কান্নবা—চাবা তুমদবা, পুকথিনবা নুংশং পেরে, থুনথোকপা নুংশং খোং চিফেং চিফেং হাম্বনচিংবা লায়নাদা শিজিল্লবা কান্নে।

শিজিল্লগদবা মনা অমসুং মরানা নমনা শিজিল্লগনি।

- ১। শগোল হীদাক চাদুনা করিগুম্বা কোক ঙাওরবদি, এনশীল শুবগী মহী সবেবাদ (সববুৎ) চিনি খোইহি য়ানদুনা পিথকলগা ফৈ।
- ২। নুংশিং কাবা অমসুং পুক থিনবদা এনশীল লাদা য়োমদুনা মহী তোলা অহুমদা মীতৈ থুম খবদং $\frac{1}{8}$ তোলামুক মৈ ইকুনা থাদবগা থকপা য়ান্না থুনা ফৈ।
- ৩। এনশীল মহী সের ৪ শঙ্গোম ছানা সের ১৬ এনশীল মকুপ সের ১ মৈদা লোল্লগা “চাঙ্গেরী ঘৃত” হায়বা হীদাক অদু শেম্মী। মসিনা নুংশং পেরে, থুনথোকপা, নাকোং মনুংদা পোম্বা খংহৌদনা ঈশিং চংপনচিংবা লায়নাদা তৈবা অমসুং চাবা য়ান্না কান্নে। মাত্রা (চাং) তোলা ১—৪ ফাউবা।

নুংশিহীদাক

Mentha Arvensis

Eng-Marsh--mint

সং—সুগন্ধিপত্র—হিং + বাং = পুদিনা।

নুংশিংকী অফবা হীদাক্লি হায়দুনা নুংশিহীদাক নত্রগা মনম নুংশি হায়দুনা নুংশি—হীদাক কৌরম্বসু য়াই। এনশাং অমসুং মরোই ওইনা ঐখোইগী লৈপাক্তা শিজ্নৈ। তৌইগুম্বসুং অফবা হীদাকশিংগী মনুংদা অথোইবা অমনি।

কান্নবা—চাব তুমদবা, নুংশিংকাবা, খোংহান্না—পুকখিনবা নুপীগী ঈ গী লায়না—থাগী খোংকাপ ফন্তবনচিংবদা য়ান্না কান্নরবা হীদাকনি। মোক অমসুং চাকখাওগী লায়না কয়াম্বুক কান্নৈ। নুংশিহীদাক্তা এরোমেটিক ওইল (Aerometic) অমসুং মেনথোল (Menthol) মরাং কাইনা য়াওরি। মসিদা নন্তনা য়োং অমসুং ভিটামিনগী শরুকসু য়াওই।

- ১। নুংশিহীদাক শুগী মহী তোলা ৩ গোলমরিচ মরু ৩ খোই হিগা চামচ অমা য়ান্নগা থকপা পুকচংপা খোংহান্না অমসুং পুকখিনবগী অফবা হিদাকনি।
- ২। মনা অকংবগী মকুপ য়াহিদাক ওইনা শিজিন্নরগা য়াগী লায়না পুম্বমক ফৈ।
- ৩। ফীরাক ফন্তবা মীদা নুংশিহীদাক্কী চা নুমিং খুদিংগী পিথকপা য়ান্না কান্নৈ।
- ৪। নুপীগী ঈ থাগী খোংচং কাইবদা নুংশিহীদাক চামচ ৩ খোইহী চামচ অমা য়ান্নরগা নোংমদা ৩ লক পিথকপা কান্নগনি।

- ৫। থগোকপদা নুংশিহীদাক নোইখাইবগী মনম নমহনবা অমসুং মহী পিথকপা য়ান্না থুনা ফৈ।
- ৬। শঙ্গোমদা নুংশিহীদাক ফুংলগা থকপদি পুঙ্কী লায়না অয়ান্না মাংই।
- ৭। নুংশিহীদাক মহী নাকোংদা হৈজিল্লগা তীল শী।
- ৮। নুংশিহীদাক মনাগী মহীদা থুম অমসুং খোইহী য়াওনা থকলবদি পুঙ্কী তীল শী।

ইকাইথবী

(Mimosadapndica)

সং—বাং-হিঃ- লজ্জাবতী

ইকাইথবী—ঈশিংদসু কংফান্দসু হৌই। ঈশিং ইকাইথবীদি এনশাং চানৈ। তৌইগুন্সুং কংফাল ইকাইথবীনা হীদাক ওইনা শিজিল্লবদা কান্নৈ। ইকাইথবীনা মরু ওইনা টেনিন (Tannin) য়াওই। নুংশং, অপাং অনোমনচিংবা লায়নাদা শিজিল্লৈ।

- ১। মনা অমসুং মরা মকুপ তোলা অমরোম শঙ্গোম সের অমদা হাপতুনা থকপা নুংশং অমসুং নুংশং পেরেদা কান্নৈ।
- ২। মনা শুরগা হকচাংগী খাও পোন্স্বা (Hydrocele) দা থোন্স্বা অপোন্স্বা ফৈ।
- ৩। মনা শুবগী মহী লশীংদা শুমজিল্লগা সাইনস (Sinus) তা থোন্স্বা ফৈ। (মখুং নাদুনা লাইজৌবা লায়না)

উরিক শিবী

VITE NEGENDO

সং—বাং—নিসিন্দ হিন্দী—সম্ভাসু।

উরিকশিবীদি মনা মকু, মরা, মপাল, মই পুম্মক হীদাক ওইনা শিজন্না কান্নে।

- ১। মনা ফুৎপগী মহীন তাং তাংদা পোন্না অমসুং গনোরিয়া তৌখিবদগী হকচাংগী খাও পোমথোকপদা হীগায়ৈবা য়ান্না কান্নরবা হীদাকনি।
- ২। মনা শুবগী মহী চামচ অমত্তুং খোইহীগা য়ান্দুনা পিথকপদা পুত্তা তিন লৈবা ওমদে।
- ৩। মনাদগী লৌবা থাওনা খৌরিদা পোন্না অমসুং Snun তা তৈবা য়ান্না কান্নে।
- ৪। মপাল অমসুং মখোকী মকুপনা পুত্তগী ঈ ওবা ফৈ।
- ৫। উরিক শিবীগী মরু তকখাইরগা মলম নত্রগা থাও শেমদুনা লাইথুংনচিংবা লমহেনবা উনশাগী লাইনাদা তৈবা য়ান্না কান্নে।

রসায়ন

চরকনা হাইরম্মী হীদাক মখল অনিনি। নাদ্রিবা মীনা চারগা পুনশিবা, নিংশিংনবা পান্দল হেনগৎপা, অনাবা ঙাকথোকুবা পান্দল হাপ্পা, কুচু কুমেণ থোকপনচিংবা হকচাংগী তীং হাপ্পা হীদাক অদুবু “রসায়ন” কৌই। মরমদি ঈনচিংবা ধাতু পুম্মকী অয়ন (তুংনফমবু) রসায়ন কৌই। হীদাক মখল অমনা তোঙান তোঙানবা লাইওংগী মতুংইন্না থাদুনা লাইয়েংনরিবা হীদাক মখল অমা নারবসু নাদ্রবসু চারগা হকচাং ফগৎলকপা অমসুং চারুগা মল্ লৈতবা হীদাক অদুবু রসায়ন কৌই। রসায়ন পুম্মকী মকোক্তা চরক ঝষিনা হরিতকী (মনাহীবু) ইরম্মী।

হরিতকী

TERMINALIKA MYROBALAN

মনাহী—হিন্দী—হব

আয়ুবেবদ শাস্ত্রদা মনাহী অসি মখল তরেংখকী মশক তাকই।
মদুদি—বিজয়া, বোহিনি, পুতনা অমৃত অভয়, জীবন্তী চেতকী। তৌইগুন্সুং
মণিপুবদা মখল অহ্ম ফংই। (মচা জঙ্গলী হবিতকী) অমসুং অমনা মতোংগী
শকক যাওবা মখল অমা অমসুং মতুম তাবা অমা।

ঋতু হরিতকী

হবিতকীবু বসায়নগী মকোকান হাযবমলবসু চাবা তুমগনদবা মী
অশাবা, অশিনবা, চাগনবা, য় থকপা, লামগনবা, অশাবগী লায়নানা
নাগনবা মীদি চাফদে হাযবম্মী।

হবিতকী অখাবা, অশিনবা, অফকপা, অশাবা, অগুন্সু বস মঙান
তিল্লি। অযাকপা বসতদি যাওদে। অফকপা বসনা হেল্লি। মেধা ফহনবা,
কুচু কুমেন থোকপা, যাং কংথহনবা অমসুং অথোইবা বসায়ন অমনি।
পুনশি হাঙ্গী। মিৎকীদমত্তা যাম্মা কান্নৈ ঋতু তবকমত্তা মখাগী নিয়ম অসিগী
মতুংইন্না শিজিলগনি। মসিবু “ঋতু হবিতকী বসায়ন” কৌই।

১। শজিবু + কালেন—মনাহীগা খোইহিগা চাগনি।

মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

২। ইঙা + ঈঙেল—মনাহী+চিনি অঙাংবা (গুড)

মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

৩। খৌৱাল + লাংবন—মনাহী + সৈন্ধব লবন (সামর)

মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

৪। মেৱা + হিয়াংগৈ—মনাহী + মিশ্রি

মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

৫। পোইনু + ব্রাকচিং—মনাহী + উচিথি—

মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

মথকী হীদাক অসি চারবদি হকচাংদা লায়না অমড়া লৈরোই। লোক, হারা, নুংশং, মাংব য়ৈখংপা, ফীৱাক ফন্তবা ঈশিং মরী ফন্তবা, ধাতু নাইতাবা, তীলনা নাবা, থস্মোয় শোনবা—শোর শোকপা—ফুগ্ৰী থুংবা—পুকথিনববা—কামলা রোগ—মিত্তা নাপু কাবা।

হরিতকীদি—শাইদুনা চারগা তুম্নবগী মৈ হেনগৎলি। তকতুনা চারগা খোংহাস্না নুংঙাই। অফুংপা নত্রগা ঘীদা ভৌবা চারগা ত্রিদোষ মাংই। চাক তোকপা মতুংদা চারগা বাত, পিত্ত, কফ, ত্রিদোষ হায়বদি মৈ, ঈশিং, নুংশিং অহুম ফহল্লি। অমসুং চাথি থকখিবগী দোষ কোকহল্লি।

১। থুমগা চামিন্নরগা লোক্কি লায়না ফহল্লি।

২। চিনিগা চামিন্নরগা লায়না পুম্নমক ফহল্লি।

৩। মিশ্রিগা চামিন্নরগা পিত্তগী লায়না ফহল্লি।

৪। উমদুনা চারগা কংখু ফৈ।

৫। অফুংপা তোলা অমদা সৈন্ধব লবনগা তিন্নরগা ঈশিং অশাবা থকলবদি খোং শেংনা হামদোকই।

৬। থগোকপদা হরিতকী তকখাইবগী মকুপকা খোইহিগা চামিন্নবগা ফৈ।

হৈগ্র

সংস্কৃত—আমলকী। হিন্দী—আমলা। বা :- আলমকী

PHYLANTHUS EMBLICA

(Embliac muyrobleni)

হৈ পুন্মকী গুরুনি হায়দুনা অহল লম্বা “হৈ-গুরু” কৌরম্মী। শিদিদাকী সেনাপতিনি। ভিটামিন সি খাইদগী হেন্না যাওরবা হৈ অমনি। কমলা ২০ দা যাওবা ভিটামিন সিগা হৈগ্র অমদা যাওবগা চপমান্নে। আৰ্য্য ঋষিশিংনা থাইনদগী শিজিন্নরকুবা অফাওবা হীদাকনি। হুজিকসু হৈগ্রগী গুলি সিফাইশিংদা ভিটামিন সি ব্রাত্তনবগীদমত্তা পিজনরি। হৈগ্র অকংববুদি অতেকপা হৈজিং ফাবনা হেন্না ফৈ অতেকপগী মহীদি ঈশিং পৌহল্লি খোং হান্সা নুংঙাইহল্লি। অকংবনা ঈ খকহল্লি অমসুং মাংবা খকহল্লি “চাবণপ্রাস” কৌবা আয়ুবেবদগী ফাউরবা হীদাক অদু হৈগ্রদগী শেশ্বনি। হৈগ্র নিংথিজনা শিজিন্নরবদি— যক্ষারফাওবা ঙ্ম্মী। যারিদগী ঈ তাব হকচাংগী ঈ কংশনবা চাব তুমদবা মখল মখা অয়াস্বা পুকী লায়না লোক কংখু, শিংলি ফত্তবনচিংবা কোকহনবা ঙ্ম্মী।

১। অতেকপগী মহি (চা) - ৫

চিনি - ৩

ঈশিং - ১৬ আউন্স

সর্ব্ববাট শেমলগা থকপা, ঈশিং পৌরক্কনি অমসুং খোংহান্সা নুংঙাইরক্কনি।

২। হৈগ্র মকুপ - ৪ চামচ

হারতকী - ৪ ,,

বহেড় মকুপ - ৪ ,,

ঈশিং আউঙ্গ ২০ বক্তা ফুংপা মিনিট ২০। চুমথোকলগা হকপা-

চাং- আউঙ্গ ২ অমুক অমুক নুংদাংরাইরম অমুক থকলবদি খোং
হান্সা নুংঙাইগনি। অমসুং চাব তুমদবা তুমগনি।

৩। থাও অহিংবা সের অমরোমদা হৈগ্র অকংবা তিংদুনা নুমিং ১৫নি
রোম থম্মু চুমথোকলগা কোক্তা তৈয়ু। মিৎ ফগনি অমসুং কোক
ইংগনি। মিৎকী লায়না ৯৬ খক কোক্কনি

৪। মথকী হীদাকশিং অসিদ নত্তনা “আমলকরসায়ন” কৌবা হীদাক
অমা লৈরি। রসায়ন অসিদি পোইনু বাকচিং (মাঘ)
দাশেমহৌগদবনি। মরমদি হৈগ্রদি মতম অসিদা হৈজিংফাই
অহানবদা হৈগ্র মকুপ ফীদা নিকথোকলগা সের মখাই অমদ হৈজিং
ফারবা হৈগ্রগী মহীদা নুমিং ২১নি তিংদুনা থমগদবনি। নুমিং
খুদিংগী নুংশাদ ফৌদোক্কদবনি। কংথুবগী তুংদা অমুক হৈগ্র মহী
অতেকপা তোত্তুনা ফৌগদবনি। নুমিং ২১নি শুরবগী তুংদা হীদাক
অসিগা খোইহী অশেংবা ১ অমগা যনগী ঘী ১ সের অমগা পিপুল
মকুপ (উচিখি) ছটাক অমগা চিনি অঙৌবা পৌরা অমগা তিন্নরগা
চফু অমদা হাপচন্দুনা মখুম চেৎনা খুমজন্দুনা উৎ মরক্তা ওমদুন থা
৬ থমগদবনি। ভাদ্র (খৌরান থাদগী হৌনা) তোলা অমমম অমুক্তা
চারগা শঙ্কোম পৌরা অমা নত্রগা খোইহীগা লোয়ননা চামিন্ৰবদি
মখল মখা অয়াস্বা লায়না কোক্কনি। মরু ওইনা—লোকখুবা,
যক্ষার, যাং কংশিনবা, চাব তুমদবা, থবাক নাবা, থমোয় শোনবা,
হারা শিংলি ফন্তবনচিংবা লায়না ফগনি। হকচাং ফবা হেনগৎকনি।
ইশৈ তৌবা মীগী খোন ফগনি। ধাতুগী লায়না অয়াস্বা কোক্কনি।
ঈশিং মরী ফন্তবা ফহনগনি। পুনশি তোলোইগনি।

শিঙ্গলবদী নিয়ম—নুঙ্গী, নুঙ্গা অঙাং মবুক কংবী নুঙ্গীনচিংবা পুঙ্গ
মক শিঙ্গলবদা দোষ লৈতে। নিংথম থাদা শিঙ্গলবনা অমুক হেঙ্গা ফৈ
তৌইগুঙ্গসুং ঋতু খুদিংমক্তদসু শিঙ্গলবা য়াই।

মাত্রা—মপুং ফারবা মী অমনা অযুক্তা চামচ অমা (tea spoonful)
তোলা মখাই অমা শঙ্কোম পৌরা ১ থকপা।

অঙাং—চামচ $\frac{1}{2}$ অমা—শঙ্কোম পৌরা মখাই অমগা থকমিলবা
রসায়ন পুঙ্গমক্তগী মসিনা অমৃতগী মশক ওইরবা রসায়ননি হায়বা য়াই।

বহেড়া

সংস্কৃত—বাংলা—হিন্দী—বহেড়া

TERMINOLIA BELARITZA

ভারতকী জঙ্গল খুদিংমক্তা ফংই। মীতৈলোন্দা চপ চাব মশক ঋংদে।
হৈগ্রু+হরিত+বহেড়া অহ্ম অসিবু ত্রিফলা কৌই। থাইনদগী হৌনা
হিন্দুগী পুজা যজ্ঞদা তৌইনা শিঙ্গলরকই। মখল মখা অয়াঙ্গা লায়নাদা অহ্ম
অসি পুঙ্গা শিজলৈ। কৈথেল মক মরাং য়োনবা দোকান পোসারীদা লৈবা
ফংগনি।

১। খোঞ্জেল তাবদা বহেড়া ঘীদা ঙৌবা বহেড়া সৈন্ধব লবন, পিপুল
(উচিথি) খরগা তকখাইরগা লেকতুন চারগা শঙ্কোম ছানা মহী নত্রগা
তক্রগা থকলবদি খোঞ্জেল তাব ফৈ।

২। মিৎ নাবা (ophthalmia) দা বহেড়া তকলগা খোইহী খরগা য়ানদুনা
মিত্তা হাঙ্গা ফৈ।

৩। খোং খুং পোঙ্গা মাই পোমখংপা (dropsy) দা ত্রিফলা মহী ছটাক
১।১ পুং ৪।৪ কান্ননা খোইহীগ থক্লগা ফৈ।

নুংগারৈ

ASPARAGUS RACEMOSUS

সং—শতাবরী, বাং—শতমুলী, হি—শফেদেমুলী

মণিপুরদা মরাং কাইনা ফংই। আয়ুবেবদ শাস্ত্রদা য়ান্না তোইনা শিজন্নে। মরুনা থোইদোক হেন্দোক্লা হীদাক ওইনা শিজন্নে।

ব্যাখা—হকচাংগী মৈশা হুহুহল্লি। বুদ্ধি ফৈ। পাঙ্গল হাঙ্গী হকচাং নোইখৎলি। মিৎ ফৈ। লাইমন, খোংহান্না নুংশিং চাওবা, ঙ্গ ফঙবা, ঙ্গ হাখবা অমসুং ধাতু নাইতাবা ফহল্লি। মরু ওইনা পুখথিনবা হৌবা লাইনাদা য়ামনা কান্নৈ। ফস্বী ফৈ। থবাক নাবা ফহল্লি। উচেকখোং অমসুং উচিরাই হৌবা ফহল্লি।

১। চহি অমা নুংগারৈ মরু অতেকপা তোলা ৪ শঙ্কেম পৌরা অমা ঙ্গশিং পৌরা অমগদা হাপুনা চখুং অমা য়ান্না মুন্না পৌরা অমখত্তা ওইবা ফাউবা ফুংলগকা চুমথোকলগা থকপা। মাসিগী হীদাক। অসি চাহ অমা শিজিন্নবা ওমলবদি থোপ ফৈ। থান্নায় শোনবা কনখৎলকই। হকচাং নোইখৎলকই। নিংশিংনবগী পাঙ্গল হেনগৎলকই। মরু ওইনা ফস্বী য়ান্না ফরকই।

২। ঘী সের ৪ নুংগারৈ মরুগী মহী সের ৪ শঙ্কেম সের ৪০ য়ান্না মুন্না ফুংলগা। চিনি খোইহি উ চথি (পিপুল) হাপুনা থকলবদি ফস্বী য়ান্না ফৈ।

মথক্কী পিরিবা চাং অসিমক ফুংলু হাইবা নত্তে। অনুপাত লৌবিগদবনি। ঘীগা নুংগারৈ মহীগা মরুম মান্নহল্লগা মখোইগী শরুক তরা শঙ্কেমনা ওইগনি হায়বনি। মসিগী মমি “সাবিত্রঘত” কৌই।

নুপা অমসুং নুপীগী ফন্তী ফন্তুবা ফহল্লি। মচা পোক্তুবা নুপী নুপা
মশা ফগৎলক্তুনা মচা পোক্তুনি। ধাতুগী লাইনা কয়ামুক মাংহন্দুনা
নুপীগী যোনিগী লাইনা কয়ামুকসু ফহল্লি।

- ৩। থোইদিং থাও অশেংবগা হামেং মথোম নত্রগা শঙ্গোম নুংগাবৈ মরুগী
চাং চপমান্ননা লৌবগা তৈরবদি শিংলি ফন্তবদগী পোকপা লাইনা
অয়ান্না ফৈ। হীদাক অসিগী মমিং “বিষ্ণু তৈল” কৌই।
- ৪। নুংগাবৈ মনা অদু ঘীদা ভৌরগা মকুপ অদু অপোম্বদ থোম্বা য়ান্না
কান্নৈ।

যষ্টিমধু (উরি অথুন্না)

সংস্কৃত—যষ্ঠী মধু। হিন্দি—জঠী মধু। বাং—যষ্টি মধু।

ইংলিশ – Liquirice

GLYCERRHIZAGLABRA

মওং—পান্সীগী মবানি। মণিপুবদা হৌদে। কৈথেলদা অকংবা ওইনা
ফংই, থুমই। উনাপু হাইবপ মাল্লি লোক, মাংবা য়াদবা, য়াইরোং অপোম
অতং, থোং খুং পোমথোকপনচিংবা, হকচাং চোকথবা হকচাং মনুং
শাগৎপনচিংবদা শিজন্নবা ফববা বসায়ন অমনি।

মরুওইনা glycyrrhizi, glncoside, asparagin, চিনি,
রেসিন, চনাং অমসুং মনপ (gum) য়াওরি। মাত্রা ৥০ শিকিগী মরুমদগী
(গ্রেন ১৫-৬০) তোলা অমা ফাওবা।

- ১। ষষ্টি মধু মকুপ $\frac{1}{8}$ তোলা ত্রিফলা (হরিতকী+হৈগ্র+বহেড়) মকুপ $\frac{1}{8}$ তোলা খোইহী চামচ অমগা চামিন্নরগা শঙ্কোম অশাবা প্লাস অমা থকপা।
- ২। থবাক খেনা লোক থুলবদি মথকী হীদাক অসিদা $\frac{1}{8}$ তোলা বংশ লোচন (রা, শুনু) $\frac{1}{8}$ তোলা উচিখি যাল্লগা শিজমৌ।
- ৩। তিসি মরু (কসে) তোলা $2\frac{1}{2}$ যষ্টি মধু তোলা অমা ঈশিং সের মখাই অমদা য়াম্মা মুন্না মহী তংখাই অমা কংশনবা ফাউবা ফুলগা চুমথোকলগা পৌরা মখাই অমদা খোইহী চামচ অমা চমপ্রা মহী খর য়ানদুনা থকপা। মসিগী মমিং Linseed tea কৌই। লোক কংখু খুবা, থবাক খেবা অমসুং খোং চিফেং—চিফেং হান্ননচিংবা লায়নাদা শিজন্নবা য়াম্মা কান্নরবা হীদাকনি।
- ৪। যষ্টি মধু — (1 tea spoonfull) ১ তোলা।
 গোলমারচ — ” ১ তোলা।
 দালচিনি — ” ১ তোলা।
 কিসমিস — ” ১ তোলা।
 বাদাম — ” ১ তোলা।
 হোপ — ” ১ তোলা।
- ৫। মথক্তা তাকপ্রিবা রসায়ন ময়াম অসি নিংখিজনা শিজন্নবা তমদ্রবদি যষ্টি মধু মকুপ $\frac{1}{8}$ তোলা অমা চারগা শঙ্কোম পৌরা অমদা খোইহী চামচ অমত্তংগা শিজন্নবদা কান্নবা ফংগনি। হীদাক অসিদি মহৌশানা হু অমসুং ময়াই কাবা মচাক য়াওদবা মরমনা নুপী মীরোনবী ফাউবা শিজন্নবদা অকাইবা করিমত্তা লৈতে। অঙাংমচাদগী হনুবা ফাউবা শিজন্নবা য়াই। যুম খুদিংদা যষ্টি মধু মকুপ লিকলিঅমদা হাপুনা

থস্বীগদবনি। অঙাংগী লায়ন অয়াস্বদা মরু ওইনা লোকী লায়নাদা
হীদাক অসিগী মফমদা খোইহীগা পিজবা য়াই। যুমগী অথোইবা
হীদাক অমা ওইনা শিজলবদা হোংলবা অমসুং ফরবা হীদাক অমনি।
নুপীগী ফীঙোই চংপা ঈ হাথবনচিংবা লাইনাদা পিজবা য়াম্মা
কাল্লরবা হীদাকনি।

নোংমাংখা

সংস্কৃত+বাং—বাসক হিঃ—অমসা

ADHATODA VASICA

মণিপুরদা নোংমাংখা মখল অনিখক ফংই। মপান ভৌনা শাংপা
অমা অমসুং কোরি মচু মানবা মখল অমা অঙৌবদগী অমুবনা খাবা হেল্লি।
হীদাক্তসু কাল্লবা হেল্লি। গুন—লোক—কংখু—হারা, থবাক খেবা, ঈশিং
মরী শোকপা কুটী, যঙ্কা, নচিংবা লাইনা—ঈশিং মরী ফাওবা থম্মোয়
শোনবনচিংবদা শিজলবদা কান্নে।

হীদাকীদমত্তা শিজলগদবা = মকুপ, মনা অমসুং করা মাত্রা- (চাং)
= মকু, ৫(তোলা) ১০ ফাওবা মনাগী মহী তোলা ১ দগী ৪ ফাউবা।

করি যাওরি? মনম নুংশিবা মচাক অমা যাওরি। মহাও অয়াকপা
খরিগী শরুক, রাল (resin) চিনি। বাসকামল চিনি, গোদ, থুমগী শরুক
য়াওরি।

১। নোংমাংখা মকু তোলা ২ ঈশিং সের মখাই অমদা য়াম্মা মুন্না পৌরা
মখাই অমত্তা ওইরবা ফাউবা ফুংলগা খোইহী খরা য়ানশল্লগা
নোংমদা ৩ লক থকলবদি মখল মখা অয়াস্বা লোক ফৈ।

- ২। মনা শুবগী মহী চামচ ও খোইহী চামচ অমা শীং মহী চামচ অমা উচিথি ১গী মকুপ হাপুনা থকলবদি—লোক, লোক—খুল্লাই, হারা, যক্ষারনচিংবদা পিথকপা কান্নৈ।
- ৩। লোক শিংপদা ঈ য়াওরবদি নোংমাংখা মনা শুবগী মহী তোলা ১ খোইহী চামচ অমগা নোংমদা ও লক থকপা কান্নৈ।
- ৪। অকংবা মনানা চুরট শাদুনা থকলগা হারানা থবাক খেবা ঙাইহাক পোখাবা ফংই।
- ৫। নোংমাংখা মরা, নিংথৌ, খোংলি, লৈপুং খাংগা চাং চপ মান্নহল্লগা পুল্লপনা তোলা ২ থক লৌরগা ঈশিং সের মখাই অমদা পৌরা মখাই অমত্তা ঙাইরবা ফাউবা ফুৎলগ থকলবদি—লাইহৌ য়াওবা থুংবা লোক ফৈ।
- ৬। নোংমাংখা মনা শুবগী মহী সের অমা চিনি অঙৌবা সের অমা পিপুল উচিথি তোলা ১৬ য়ান্না মুন্না ফুৎলগা ইংথরবা মতমদা খোইহী সের অমা হৈজল্লবদি “বাসবলেহ” কৌবা। হীদাক অদু ওইরে। মসিনা যক্ষা, হারা, ঈত্তবা—থবাক খেবা নচিংবদা শিজল্লবদা য়ান্না কান্নৈ (ভাবপ্রকাশ) মাত্রাদি অমুক থকপদা তোলা ২ ওইগদবনি।
- ৭। নোমাংখা মনা ফুৎলগা হীগা য়ৈবা তাং তাংদা চিকপা শরু শয়াং চিকপা, শাবনচিংবা “বাত রোগ” ফৈ।

চনম

GARLIC

সংস্কৃত—লশুন, হিঃ- লহসন, বাং —রশুন

পৌরাণিকী বারী অমদা ইরি। স্বর্গদগী শোরাবেরনগী অমৃতবু গরুড়না ছরাস্দুনা চাবদগী লৈপাক্তা মরিক অমত্তং তাখি। মদুনা চনম ওইনা হৌখি। পৃথিবী অসিদা রস ৬ থক লৈ। লৈরিবা রস ৬ অসিদগী অশিনবা রস খাইদৌক্লগা মঙাদি চনমদা পুময়াও যাওই হায়দুনা চনমগী মমিং সংস্কৃততা রসোন কৌখি। করিগুস্বা য়াল্লা কান্নবা হীদাক্লি হায়দুনা “মহৌষধ” কৌই।

গুণ—হকচাং নোই পেলহল্লি। বীর্য্যবর্দ্ধক (ফস্বী ফবা) মেংহনবা, শাবা, শরু শয়াং তেকপদা শৌজনহনবা থম্মায় শোনবা মাংবা য়ৈথৎপা, লোক হারা যম্মারনচিংবা হকচাং চিক খোৎপা, নুংশং, তীল, কুষ্ঠরোগদা কান্নে।

যু থকপা, শা চাবা, অশিনবা চাগনবা মীদা চনম হীদাক ওইনা শিজলবা কান্নে। হকচাং শাজেল তৌবা, নুংশাদা য়াল্লা লৈগনবা, শাওগনবা, ঈশিং য়াল্লা থক্কনবা, শঙ্কোম চিনি য়াল্লা চাগনবা মীদি চনম চাবা পল্লরোই।

বিশেষ—হানিপ্রদ (থোইদোক হেন্দোক্লো শাখিগদবা) মিৎ—গর্ভ লৈবী নুপী, থবোস্বীদা শোক্কনি।

হানিবারক—(চনমগী মছ চন্মবা) বাদামগী থাও লৈপাক হরাই থাও—গম মছংশিনবা য়াবা—(অভাব)—তীলহৌ। মাত্রা চাং=গ্রেন ৩০ মহী (ফোটা) তপ তাবা তম্বাইদগী অনি ফাওবা।

১। চনম মহী থাং তেমা শোকপা চাফৎপা অপাং অপোমদা, চাবা—লাইজৌদে।

- ২। টায়ফোড (ভুগতী) তৌরকপা মতমদা চনম মহী ড্রাম অমা (মাষা ৪) পুং ৪।৪ নত্রগা পুং ৬।৬ কী মনুংদা পিথকলবদি অনাবা কনবা ওম্মী।
- ৩। কোক্তা ঈ হাইগংপা চনম মহী পিথকলগা ফৈ।
- ৪। থাও অহিংবদা নত্রগা ঘীদা তাওবগী মহী নাকোংদা হাপলগা লাইখুন নাকোং পোম্বা ফৈ।
- ৫। লোক কংখু অমসুং অঙাংগী লোক শিথ শিথনা খুবদা চনম মহীগা খোইহীগা তিন্নরগা পিথকপা য়ান্না কান্নৈ।
- ৬। যক্ষারগী লাইহৌ অমসুং লোক কংখু—নুংদাং হুমাং শৌবদা চনম শিজিন্নরগা য়ান্না কান্নবা ফংই।
- ৭। হকচাং চিক খোৎপ, শরু শয়াং, তাং তাংদা চিকপা স্বাং নাবনচিংব বাত বোগদ চন—কান্নরব হীদাকনি।
- ৮। খোই অমসুং লীলনা চিকপা মল্পানবা তীলনা চীকপদা চনমদি খুদকতা ফহল্লি।
- ৯। তীলগী লাইনা খুদীংমক্তা চনম শিজিন্নবা কান্নৈ। তীল শি মবাই লুকই।
- ১০। নুপীগী শাবৈ অমসুং ঈ ফত্তবদগী বান্ধবা চনম শুগাইরগা নাতোন্দা নমহনবদা জ্ঞান থুনা লাকই।
- ১১। অপাং অপোম্ অমসুং হকচাংদা লাইজৌবা মতমদা চনম মহী তৈবা থুনা কংহল্লি।

- ১২। চক্রদন্তন ইরশ্মী—চনম তোলা ৩২ ঈশিং সের ৪ শঙ্কোম সের ৪
 যান্না মুন্না কংশান্না ফুৎলগা ঈশিংগী শরুক মথৈ কংশান্না ফুৎলগা
 শিজনৌ। শারৈ, পুক কংখৎপ, খোং, ফৈবাক মরী নাবা, থম্মোই
 শোনবা লায়না পুন্মমক ফগনি।
- ১৩। চনম ২ উচিথি অমা থাও অহিংবা তোলা ২১/২ দা ভৌরগা নাকোংদা
 খরা খরা হাপ্পা লাইখুন থুংদুনা না পংখিবা ফৈ।
 রসায়ন ওইনা শিজন্নগে খনবা কাংবুনা
- ১। লোক পক্কনবা মীনা নিংথম থাদা অমসুং বসন্তদা শিজিনৌ।
- ২। নুংশিংনা হেনবা (বাতপ্রকৃতি) না নোংজুথাদা শিজিনৌ।
- ৩। মৈ ফন্তবা মীনা খোইহী অমসুং ঘীগা মতম পুন্মমত্তা শিজন্নবা যাই।

য়াইঙং

CURCUMA LONGU

সংস্কৃত—হবিদ্রা, হিঃ- হলদী, বাং —হরিদ্রা

গুণ—ধাতু ঈ ফন্তবা, পাণ্ডুরোগ, অহেরাই, অপাং অনোম, তীলগী
 লাইনা, মীং নাপুকাবা, উনশাগী লায়না লোকনচিংবদা শিজিনৈ। হু চন্দ্রা
 কুষ্ট অমসুং পুক নাবদা শিজন্নবা কান্নৈ। শিজন্নগদবা—মরু মাত্রা তোলা
 ১দগী ২ ফাওবা। মকুপ মাষা ১দগী ৪ ফাউবা।

হানিপ্রদ (ফৎলৌইদবা)—থম্মোয় শোনবদা নিবারক—চম্প্রা মহী—
 উতেজ্জক (ময়াই কাবা) পৈ অমসুং ঈ তোং—অভাব—মথিরা

- ১। অঙাংগী তীলগী লায়নাদা যাইঙং মকুপ চিনি অঙাংবগা পিজবা
 কান্নৈ।

- ২। কলেৱা, পুকচংবগী ফায়বা অমসুং ওবগী মতুংদা গোলমরিচ মরু
২।৩ শাইহল্লগা য়াইঙং মকুপ খরা খরা পিজরবদি কান্নৈ।
- ৩। লাইথোকপা মতমদা য়াইঙং চাং নাইনা চারবদি অনাবা ঙাকথোকই।
- ৪। লাইজাও থোকপদা য়াইঙং মহী তোলা ১ মঞ্চে মনা মহী তোলা
অমা ঙ্গিশিং খরদা য়ানদুনা থকপা কান্নৈ।
- ৫। থাও অহিংবগা য়াইঙং মহীগা তিন্নরগা হকচাংদা তৈবা অপাং অপোম
ফুগ্রীনচিংবা ফৈ।
- ৬। মিৎ নাবদা য়াইঙং মহীদা লুপ্পা লশিং নত্রগা পীথোম্বা কান্নৈ।
- ৭। য়াইঙং মকুপ থাবগী মৈখু নাতোন্দা চিংশল্লগা নাতোন্দগী নপতিন
ওরো ওরো তাবা ফৈ।
- ৮। নাকোং লাইখুল থুংবদা য়াইঙং মকুপ শরুক ১ ফিট কিরিনা শরুক
২০ ওইহল্লগা মৈখুনা নাকোংদা কামশনবা লাইখুল ফৈ।

শিং

ZINGIBER OFFICINALE

সং+হি=আদ্রক—বাং আলা হিঃ—অদরক

গুন মাংবা যৈখংপা ফৈ, তুল্লবা মৈ হেনগৎহল্লি। ফস্বী খোঞ্জেল
ফহল্লি লোক, খৌরিগী লায়না, পুকথিনবা ফহল্লি।

কালেন—মেৱা থাদা কুষ্ঠ থুংবা, ঙ্গ শিংপা, হকচাং শাগংপা, লাইহৌ
হৌগনবা মীদি চারোইদবনি।

বিশেষ মহাও শাই।

হানিপ্রদ—(অমাংবা)—গরমমিকাজ (শাওগৎহল্লি) হানিনিরাক —
খোইহী।

অভাব—গোলমরিচ

মাত্রা—মহী ১—২—তোলা। অকাবগী চূর্ণ ১ (৪ অনাবগী মরুম)

- ১। নাকোংচিকপ—খোইদিং থাওদা শিং মহীদা খোইহী অমসুং সৈন্ধব
থুম যানশিলগা ফোটা ২৩ দং নাকোংদা হাঙ্গু।
- ২। লোক থুংবদা শিং মহীদা খোইহী যাল্লগা থকপা কান্নে।
- ৩। হকচাং চিকখোংপা তাং তাংদা নাবা বাত রোগনচিংবদা শিং মহী
সের $\frac{1}{2}$ অমা খোইদিং থাও ছটাক অমদা খোংলগা মহী নিংখিনা
কংশনখ্রবা মতমদা থাংথরগা মালিশ তৌবা মালিশ তৌরমদাইদা
লুশু লুশু শাহনগদবনি।
- ৪। চাক চারমদাইদা খরা শাইদুনা চারবদি—বাত (তুমদবা) লাইনা ফৈ।
- ৫। পুক থিনবদা শিং মহী তোলা অনা খোইহি খরগা থকপা ঙাইহাক
লৈরগা ঙ্গিশিং অশাবা থকলবদি পুক থিনবা ফৈ।
- ৬। পুক নাবা লাইনা (ডাইরিয়া, ডাই সেন্টারী, ডিসেপসিয়া)
খোংহাস্তা; চিফেং চিফেং মাংবা—পুক নাবা লাইনাদা শিং অকংবগা
ঘীগা মতিকচাবা চাংদা শিজল্লরগা ফৈ।
- ৭। কলেরাগী উচেকখোং হৌবদ শিং মকু খোং খুংতা তৈরগা হুমাং
অনপ্লা কাংবা উচিরাস হৌবা ফহল্লি।

ଓକ୍‌ହିଦାକ

ACORUS CALEMUS

ସଂସ୍କୃତ—ବଚା, ହିନ୍ଦୀ—ବଚ

English-(sweat flagroot)

ଗୁଣ—ଓକ୍‌ହିଦାକ ଅକ୍‌ନବା ମନମ୍‌ । ଚାବଦା ଶାହି । ହକ୍‌ଚାଂ ଶାଗଂହଲ୍ଲି
ତୁମ୍‌ନବା ମୈ କଲହଲ୍ଲି । ଥି—ୟୁଂ ଯୈଫଂପା ଫହଲ୍ଲି । ପୁକ୍‌ଥିନବା, ଶାଠ୍‌ରେ, ଲୋକ
ଅଞ୍ଜାଓବା, ଭୂତ, ତିଳକାଂନା ଶୋକପା ଫହଲ୍ଲି । ବାତରୋଗତା କାଳ୍‌ବା ହିଦାକ୍‌ଲି
। କରା ଯାଓରି—ଅଧାବା, ଚନାଂ, ଯୁସିସଜେ ଯାଓରି ଗ୍ଲୁକୋସାଇଡ୍‌ (Glucocide
- acorrine) ଭେଲେଟାଇନ (Voletine oil) ଯାଓରି ।

୧ । ଓକ୍‌ହିଦାକ ମୈ ଥାରଗା ଓଂ ଅଦୁ ଯୁବୀ ଥାଓ ନତ୍ରଗା କେଗେ ଥାଓନା ତିଲ୍‌ରଗା
ପୁକ୍‌ତା ତୈରବାଦି ପୁକ୍‌ କଂଫଂଲଗା ଥିନବା ଅନାବା ଫହଲ୍ଲି ।

ନିମ୍ବ

Genus—MELIA LINU

M. Azaderachta indica Juss

ସଂସ୍କୃତ—ନିମ୍ବ, ହିଂ—ନିମ୍ବ, ବାଂ—ନିମ୍ବ, ଇଂ—Margosa tree

ଶିଞ୍ଜଳଗଦବା—ମକ୍‌, ମରାଗୀ ମକ୍‌, ମହୈ, ମପାଳ ଅମସୁଂ ମନା ମକ୍‌, ମନପ,
ତାଡ଼ି ।

କାଳ୍‌ବା—ମକ୍‌ଦି ଥାହି, ପାଞ୍ଜଲ ହାସ୍ତୀ ଅମସୁଂ ଧାରକନି ମନାଦି ମିତ୍ରା
କାଳ୍‌ରବା ହିଦାକନି, ମଧ୍‌ଲ ମଧା ଅୟାନ୍ତା ଚାବ ତୁମ୍‌ଦବା ଫହଲ୍ଲି । ମୈ କଲହଲି,
ତିଳ ଶିହଲ୍ଲି । ହକ୍‌ଚାଂଗୀ ହ୍‌ ଯାଂହଲ୍ଲି । ଉନଶାଗୀ ଲାହିନା ଯାଂହଲ୍ଲି । ମହୈଦି—

মাংথোকহল্লি, হাইফেং শাই, নুংশং ফহল্লি, তীল, ধাতু অমসুং ঈশিং মরী ফন্তবা ফহল্লি।

মণিপুরদা মখল অহুম ফংই। মদুদি :- নিম পাস্বী অচৌবা তাইরেল মানবা অমা অমসুং তাইরেলগী মরু মাননা পানবা, শৈজ্রাকী মতৌগুম্বা পাস্বী চাওদবা মই মতুম তাবা অমা, (মহা নিম্ব) কৌবা জাং অমা অদুগা শৈজ্রাক কুমনা মরু পানবা শৈজ্রাকভ্রগীদি খরা পীকপা জাং অমা, মদুনা “জঙ্গলী নিম” কৌই।

- ১। হীদাক ওইনা—মনা অদু ঈশিং মতিক চানা হাপলগা মচু নাপু মানশন্না ফুংলগা অপাংপা, চাফংপা, অপোম্বা কুইং, ফুগ্গী, লাইথুং অপোম অতং পুম্মক চান্না কান্নৈ।
- ২। মনা শুবা—তোলা ৩; চেং নত্রগা আতাগী য়াম তোলা ৩ ঈশিং খবা হাপুনা থিংলগা পোনটিস (Pohtice) শেমলগা—অপোম্বা, অপাংপা, চাফাংপা, খুইংনচিংবদা থোম্বা কান্নৈ। অপোম্বাদি থুনা মুনদুনা পোখাইবক্কনি।
- ৩। নিম মপাল—হরাইগা নীংথিনা থোংদুনা চারগা চানিং থকনিংদবা চাফমহনবা ফহল্লি।

৪। নিম মকু শুগাইবা	তোলা ৫
ফদিগোম মরু	চামচ ২
এলাচি	চামচ ১
ঈশিং	সের ১/২

পুংখাই অমা ফুংলো। মাত্রা (চাং) আউন্স ২ (তোলা ৪) নোংমদা ২রক অরুম হৌদ্রিঙে মমাংদা থকলগা অরুম থংলি।

৫। নিম মনা অথোংপা	১ আউন্স
চনম	৪ গ্রেন
আজরান	২০ গ্রেন
কালমরিচ	১০ গ্রেন
নিম মনা অরিবা	১ আউন্স
মেথি	৩০ গ্রেন

ময়াম অসি শলগী ঘী খরদা ভৌরো। থুম খরা যাল্লো। চাং—গ্রেন
১০ ঈশিং খরদা য়ান্দুনা থকপা অঙাংগী পুজা তীল লৈবা পুক
কংখংপা, মাংবা য়াদবা লোক, থবাক নাবনচিংবা অঙাংগী লাইনা
পুন্মক মাংহল্লি।

৬। নিমগী থাওদি অপাংপা, ফুগ্গী অমসুং চাফাংপা খুইংনচিংবা উনশাগী
লাইনা পুন্মক ফহল্লি।

মাইয়োক ফা

TERMINALIAARJUN

সং=বাং—হিং=অজ্জুন

মণিপুরদা হৌই। অচৌবা পান্থিনি। ফুট ৭০-৮০ হেন্না বাংই। হীদাক
ওইনা শিজন্নগদবদি মকু, মনা অমসুং মইহিনি। মহৌশাদগী মৈতৈ
মাইবাশিংনা অফবা হীদাক ওইনা শিজন্নকই। চাং (মাত্রা)=মকুগী মকুপ
২-৬- আনা।

১। মকুগী শরুক ১ (অমা) ওইহল্লগা ঈশিংনা শরুক ১০ (তরা)
ওইহন্দুনা নীংথিনা ফুৎলগা তোলা ১দগী তোলা ৩ ফাউবা থকলবদি
নুংশং ঈ ফাইবা ঈতোল ফাইবা ফৈ।

২। মকুগী মকুপ — $\frac{1}{8}$ তোলা
চিনি — ২তোলা
শঙ্গোম — $\frac{1}{8}$ সের

য়ান্না মুন্না ফুৎলগা চুমথোকলগা থকলবদি থম্মায় শোনবা অমসুং
হকচাং চোকথবা ফহল্লি। চহি অমা চুপ্পা থকউ।

৩। “অজ্জুন ঘৃত” কৌবা আয়ুবেরবদ শাস্ত্রগী ফরবা হীদাক অমা
শিজল্লরি।

মকুগী মকুপ — ৮ সের
ঈশিং সের — ৬৪

য়ান্না মুন্না সের ১৬ ওইরবা মতমদা থাংথরগা মাইয়োক ফা মকুগী
মকুপ - সের ১ ঘা সের, ৪ দ “ঘৃত পাক” তৌগনি। চাং
মাত্রা)=তোলা $\frac{1}{8}$ দগী—তোলা ১ ফাউবা। হকচাংগী পাঙ্গল হাঙ্গী
থাম্মায় শোনবা ফহল্লি।

খুজুম পেরে

ACHYRANTHES ASPERA

সং=অপামার্গ, হিং=বা=অপং Eng. Rough chaff tree

“অপম্বজ্যতে ব্যাধিরনেতি অপামার্গ”

শিদিহীদাক অসিগী মশাদা মতিক, ময়াই অফবা থুপুনা লৈবা মরমনা হকচাংগী ধাতু পুম্মমকী দোষ পুম্মমক কোকহন্দুনা অনাবা পুম্মমক মাংহল্লি; মবম অদুনা অপামার্গ কৌই। বৈদিক কালদগী হৌনা শিজিন্নরকলবা অথোইবা হীদাক অমনি। ভারতবর্ষগী মফম অয়াস্বদা হৌই। মণিপুরদসু ইংখোল অমসুং লমহাংদা মরাং কাইনা হৌই। অঙৌবা অমসুং অঙাংবা মখল অনি থোকই। আলকেলি অমসুং পোট্যাশ য়াল্ল য়াওরি।

গুণ=খাই, শাই, উষ্ণবীৰ্যনি। চাবা তুমহল্লি, লোক মাংহল্লি, নুংশং, পুকী লায়না অয়াস্বা ফহল্লি। ঈ ফহল্লি। না পংবা ফহল্লি। কফ বাতনাশক (লোক নুংশিং—ফন্তবা) ফহল্লি। পুকথিনবা অমসুং হকচাংগী হু মাংহল্লি। অমসুং মছ পানবা জীবশিংগী হু চমহল্লি। হুই, উচি—মিরাং অমসুং খোইনচিংবনা চিকপগী হু চমহল্লি।

১। মরু অদু মকু য়াওনা কুপা তকখাইরগা ফীদা নিকথোকলো। মদু নস্যওইনা নাকল নাতোন্দা চিংশল্লগা ফমজনদুনা লৈবা লোক তাহল্লি। কোক নাকল নাবা চিকপদা শিং মকুপ, উচিথি অমসুং গোলমরিচ মকুপ য়াওন শিজিন্নরগা কাল্লবা ফংগনি।

২। খুজুম পেরেগী মনা, মরু, মরু, পাল অমসুং মকু (পঞ্চাঙ্গ) লৌরগা মৈ থাদুনা উৎ লৌরো। উৎ অদুনা উতি চুমলগা খরি শেমউ। মদুনা তাং তাংদা পোন্স্বা, ঈশিং মরি ফন্তবা, পুক কংখংপা, ফীরাক তাব,

খোং হাম্বদা মফম খংদবনচিংবদা ফবনি। চাং=মাষা ১—৬ ফাউবা।
শল ময়ুংগা শিজন্নরগা অমুঙ্কা হেন্না ফৈ লোক্তসু য়াম্মা কান্নৈ।
নিউমোনিয়া ফৈ।

- ৩। চেংহীগ মরুগা তকতুনা চামিন্নরগা নুংশং ফৈ (শুশ্রুত)
- ৪। থাং তেন্না শোকপদা মনা শুগাইরগা থোম্বদা ঈ থকই।
- ৫। খুজুম পেবেরী উৎকা থোইদিং থাওগা নাকোং লাইকুলগী ফববা
হীদাকনি।
- ৬। লাইথোকপদা খুজুম পেরেরী মরুগা য়াইঙংগা চাং মান্নহন্দুনা
কপহল্লগা তৈয়ু।
- ৭। নুপীগী থাগী খোংচৎ কাইবা অমসুং গর্ভ ওইগনদবা নুপীদা মকোক
লুজরকপা মতমদা খুজুম পেরেরী মনা তোলা ১ লৌরগা শঙ্গোম
তোলা ১০ গা তক্তুনা নুমীং ৪ নি দগী হেন্না নুমিৎ ১২ নি ফাওবা
শিজন্নৌ। মনাগুন্না কনাগুন্না বৈদ্যপ মরুসু শিজন্নৈ।
- ৮। ফুগ্গী, অপোম্বা, খৌরি পোম্বা তংবনচিংবদা মনা অমসুং মরা
ফুংপগী মহীদা থোইদিং থাওগা তিন্নদুনা তৈয়ু।
- ৯। মপালগা চিনিগা চারগা হুই অঙাওবনা চিকপগী হু চমই।
- ১০। থম্মোয় শোনবগীদমক্তা খুজুম পেরে মকুপতা খোইহি অমসুং
মাখলগা শিজন্নরগা চাবা কান্নৈ।

কেসে মরু

LINSEED

সংস্কৃত—অতসী, মসৃনা, বাং-হিং—তিসি

ইংলিশ- Flexseed

কাল্লবা—মরু লোক ফহল্লি। ঈতোল ফাইবা; ফীরাব তাবা ফহল্লি।
ফস্বী ফৈ। খোম থোকহল্লি। নুপী মীরোনবীনা চাবা ফত্তে। ঈশিং পৌহল্লি।
মনা—পাঙ্গল কলহল্লি। ঈশিং পৌহল্লি। ঈশিং থিংত্রগা খাইহল্লি।

মনিপুরদা মরাং কাইনা ফংই। হংগাম থাওদা তিসি গী থাও য়ান্না
য়ান্নরে। থোইদিংদগী শাংবা অমসুং চাওবা মচু হাইরপ ঙাংবা হেল্লি। কাংশুবী
শাদুনসু চান্নরে।

- ১। তিসি মরু — তোলা ৩
যষ্টী মধু — তোলা ১

ঈশিং মহী তংখাই অমত্তা ঙাইবা ফাউবা ফুংলগা; চুমথোকলগা
পৌরা মখাই অমদা চম্প্রা মহী অমসুং খোইহী চামচ অমা য়ানদুনা
থকপা। মদুনা লোক অমসুং ঈতোল ফাইবা, পুক নুংঙাইতবা
ফহল্লি।

- ২। শুনুগী ঈরু — আউন্স ৪
তিসি থাও — আউন্স ৪

নিংথিনা নৈখাইরগা ঙৌরোক ঙৌবা চনাংগুমনা থোকনি। মৈ
পোকপদা কাল্লববা হীদাকনি।

- ৩। তিসিগী মরু — আউন্স ৪
 শঙ্কোম — আউন্স ৮
 চিনি — আউন্স ৪

শঙ্কোম তিসি মরু তকখাইরগা ফুংলো। চিনি যানশল্লো।
 চাং—ঔরোই অচৌবা ২ নোংমদা ২ রক। নুপীগীনা খোম
 থোঙ্কনি। অদুগা নুপাগীনা ফস্বী ফগনি।

- ৪। তিসি মরু তকখাইরগা ঈশিংগা তিন্নদুনা। তল শারগা থোম্বদা
 উনশাগী লাইনা কয়ামুক ফহল্লি।

ঘৃত কুমারী

সংস্কৃত=কুমারী; খীতকুণ্ডয়ার, বাং=দুসবাব,
 হিন্দী—ঘৃতকুমারী, ইংলিশ- Lutun Aloe

মখল—অহ্ম শুই। অঙাংবনা খ্বাইগী মকোকনি। মহাও থুমই।
 আয়ুবেব্দা শাস্ত্রদা যান্না শিজিন্লে। মনা শেগাইরগা ফংবা মনপ অদু মুসাবব
 কৌই। মনপ অসি আলকোইলা অমসুং ঈশিংদা শৌদোকই।

মসি যান্না ফবা জোলাপনি। তৌইগুন্সসুং মীরোনবী, অঙাং অমসুং
 নুংশং পকপ মীদদি অমসুং অমাংথোংদা শাব হৌবা মীদদি শিজিন্নবা কান্লেদে।

ঘৃতকুমারী রসায়ন (Tonic) অমনি। ব্যাধীভেয়ারী (alterutrial)
 রেচক (খোং হামদোকপ) ..তুবর্দিনী (Emmenagowe)। মরু ওইনা
 থিরিন অচৌবা থবক তৌই। মাংবা যান্না য়েখংকনবা মীদা শিজিন্নবা কান্লে।

চাকখাও শোকপা, থাগী খোংকাপ শোইবা, ঈ শেংদবা নুপীনা ঈ
 থাদনা ময়াং কংশল্লা খোংকাপ লেপখিবশিং অদুগীদমত্তা শিজিন্নবা কান্লে।

ঘৃত কুমারীগী চণ্ডলী

১। $\frac{১}{৪}$ দগী গ্রেন ১

২। মনাগী মনপ অদু থাও অহিংবগা যান্নরগা লোল্লু। তৈরগা শম হৌগনি। হকচাংদা তৈরগা তুন্স্বা যাগনি। ঈশিংদা হন্না হন্না ফুৎলগা শেমদোকপদু থকপা হীদাকনি।

ঘৃতকুমারী — তোলা ৫

হিং — তোলা $২\frac{১}{২}$

খোইহি মতিক চানা—গুলি ২৫। নুংদাংরাইবম গুলি অমা চাবা। হীদাক অসি পুক শাওগতুনা অমসুং কাংখতুনা খোং হান্স্বা যাদবা মীতাগীদমন্তা য়ান্না কান্নগনি।

কফোই

সংস্কৃতঃ দরিন্ধফলঃ হিংঃ অনারঃ বাং দালিষ

English - Pomergranate

মকু, মরাগী মকু অমসুং কফোইগী মতোংদা Liquid, 'alkolid'
অমসুং punico - Tannic Acid যাওরি।

মহৌগী মকু অসি য়ান্না মপাঙ্গল কনবা সঙ্কোচনাকারী (Astringent)
ওইবা হীদাকনি।

লোং মপাল

হিং: সং: বাং: = লবঙ্গ

চামগী মনুংদা ৫০% টেনিক এসিড (Tannic Acid) মদুবু Catech lannic, মসি সঙ্কোচনাকারী অমসুং বলকারীনি।

হিদাক—কফোহ—মকু—তোলা ১

লোং মপাল— $\frac{1}{10}$ তোলা

ঈশিংনা শরদক ১০ হাপলগা পুং অমা ফানা ফুৎলগা খোং
হান্সা অমসুং তীল মচা (Tape worm) ফগনি।

নিংথৌ খোংলী

TINOSPORA CORDILOLIA

সংস্কৃত—গুরুচিঃ বাংলা—গোলঞ্চঃ হিন্দী—গিলোই

মণিপুরগী মফম অয়ান্দা হৌই। মনা মরী ওইনা শিজনগনি।
কালেন্দা হেঙ্কুগা লিহৌগনি। হীদাক অসিদা অথাবা শরুক য়াওরিবদু
Berberine Tincture Tinosporoe কৌই।

মাত্রা—৩০, ১০, ৬০ মিনিমস নত্রগা ড্রাম ২-৩ ঈশিং অমসুং
শঙ্গোম।

কান্নবা—ঈশিং পৌহল্লি, ঈ ফগৎহল্লি, বীষ্য বর্দ্ধকনি। চাকখাওগী
অনাবা ফহল্লি, অরুম লাইহৌ ফহনবা, (অন্তরম্মিষ্ককারী) হকচাং মনুংদা
মেংহল্লি ফীরাক ফন্তবা ফহল্লি।

১। হীদাক—নিংথৌথোংলি মরীগী মকুপ শরুক ১০০ ফীদা
নিকথোকলগা শরুক ১৭ চিনি খোইহী ১সুং ঘীগা মোদক শেষদুনা
চাবা কান্নগনি। (ভাব প্রকাশ)

২। হরিতকী	— ১ শরুক
শিং	— ১ শরুক
উচিথি	— ১ শরুক
নিংথৌথোংলি তিংবগী মহী	— ৪ শরুক
ঈশিং	— ১৬ শরুক

শরুক মরী কংশন্না ফুৎলগা চিনিনা শরুক ৮ হেন্না হাপলগা মোদক
শাবা য়াই।

নুমিং খুদিংগী ড্রাম ৩।৪ চারবদি অরিবা লাইনা ফৈ। চাওবং—শকথি

৩। মরী মকক মকক ককতুনা কুপহল্লগা ফুৎলগা মনিংদা ফমহনবা
“পালো” শেন্সা য়াই। মাত্রা ১০—৩০।

৪। Tincture শেন্সা নিয়ম- মরী অউল ৪ proofsprit নুমিং ৭নি
তিংলগা চুমথোকপা। মাত্রা ১—২।

৫। নিংথৌথোংলি	— ১ ড্রাম
ফদিগোম মরু	— ১ ড্রাম
যাষ্ট্রি মধু	— ১ ড্রাম
হোপ	— ১ ড্রাম
ঈশিং অশাবা	— ১০ আউল

পুং অমা তিংলগা চুমথোকতুনা থকপ। মাত্রা—আউল অমা নোংমদা
অনিরক।

মথকী হীদাক অসিনা অরুম, লাইহৌ, পুক নুংশিংকাবা হকচাং
চীক খোৎপা ফগনি।

৬। অপাৎ অপোমদা, মনা মৈদা য়াইরগা থোম্বা ফগনি।

৭। নিংথৌখোংলি মরী ২ আউল ঈশিং অইংবা ২০ আউল। পুং ৪
তিংলগা - নোংমদা আউল অমা শিজলবা। ঈশিং- আউল ২০।

৮। নিংথৌখোংলি	— ১ দ্রাম
উচিথি	— ১ দ্রাম
দালচিনি	— ১ দ্রাম

আউল ১০ দা ঙায়বা ফাওবা ফুংলগা নোংমদা ৩ লক আউল
১১ থকপা ফৈ।

৯। নিংথৌখোংলি	— ১ দ্রাম
চিয়াইটা	— ১ দ্রাম
শিং	— ১ দ্রাম
উচিঠী	— ১ দ্রাম
দালচিনি	— ১ দ্রাম

ঈশিং আউল ২০ মহী তংখাই অমা কংশল্লা ফুংলগা থকপা। অরুম
হৌরুরগা মশা শোম্বা অদু কনখৎহল্লি, অমসুং মথকী লাইনা পুম্ব
মক ফহল্লি।

অব্রাথবী

CARICAPAPAYA

হিন্দী—পপিটা, বাং:—পেপে, ইংলিশ—Papaya

অমুনবা- Yellow, Resin, মহাও- Pectin, চিনি
- Albuminoids, citric, Malio, tartaric Acid dextrin, যাওরি।

অশংবদা, মখোম অমসুং মরুদা নুপীগী থা লাঙুবা ...তুগী দোষ
পুম্মক মাংহল্লি, অমসুং তিলগী লাইনা মাংহল্লি। খোংহান্না নুংঙাইহল্লি
অমসুং ঈশিং পৌহল্লি। হকচাং কনখংহল্লি। অব্রাথবী মখোমদা enzyme
য়াওবনা চনাং উনশা অথোংপা শা ঙাগী প্রোটিন তুমহল্লি।

- ১। হীদাক ওইনা অব্রাথবী মখোম মৈদা অমসুং নুংশাদা কংহল্লগা গ্রেন
২ দগী ১০ ফাওবা শিজল্লবা ফীরাক ফন্তবা অমসুং পুক নাবদা ফহল্লি।
অদুগা লাইকোইনচিংবদা থাওগা তৈমিল্লবা ফগনি।
- ২। অব্রাথবী সবেব্বাং—মমুন ফানা মুল্লবা অদু মরু লৌথোকলগা শঙ্কোম
খোইহী চিনিগা পীথকলগা কান্নবা ফংগনি।
- ৩। (পেপোন Papain)—অশংবগী মখোম চাকখাও চাফংপা গ্লিসরিন
অমসুং Hydrochloride Acid তা মাত্রা ৩০।৪০ দ্রোপ যাল্লগা
শেন্না য়াগনি। অব্রাথবী অমা তকখাইরগা মৈদা শাহল্লগা অপোন্মদা
থোমলবদি অপোন্মদা ফৈ।

চহই

CASSIA FISTUEA

সং=সুবর্ণক, আরব্বথ, হিঃ—আভলাটাস, বাংলা—সোন্দাল

ইংলিশ—Inidan Laburnum

শিজন্নগদবা-মনপ, মইহে, মকুগী মবা, মপাল চাং (মাত্রা) মরুগী
মকু ৫- ১০ গ্রেন। মইহেগী মনপ ২- ৪ আনা, জোলাপ ওইনা শিজন্নরগা
½— ১ তোলা।

কান্নবা—

১। মইহেগী মনপ—অথোইবা জোলাপনি। গ্রেন ৩০- ৮০ ফাউবা
শিজন্নবা য়াই।

২। চহইগী মরাগী মকুপ	—	গ্রেন ৬৪
ফিটকিরি	—	গ্রেন ৬৪
হরিতকী	—	গ্রেন ৬৪
উচিথি মরু	—	গ্রেন ৬৪
শেন্সাং কাওথুম	—	গ্রেন ৬৪

ঈশিং তোলা ৩২ দা হাপুনা মুন্না শরুক মরি থোকপগী অমত্তা ঙাইব
ফাউবা ফুংলগা থকলবদি অফবা জোলাপ অমা ওইবে। মসিদি থিরি*
দা মহাও লৈবমথৈ মাংথোকহল্লি। মসিবু বৈদ্য শাস্ত্রন অরিষ্বধাদি
ক্বাথ কৌই। (শার্জধর)

৩। মাই নাবনচিংবা (Facial Paralysis) তা মনা শুগাইরগা
থোস্বাকামৈ।

- ৪। পৈ তাবদা, ফীরাব—তাবদা অমসুং হকচাং পোমবদা চহুই মপাল তোলা ১ লুপা হীদাক মৈদা পোকপা মাষা ৩গা ঈশিং য়াউম অমদা হাপতুনা অমুক অমুক নুংদাংরাইরম অমুক থকপা কান্নৈ।
- ৫। ফুগী, অপাং অনোম, খুইং অমসুং কুষ্ঠ রোগতা মরা, মকু, মনা লৈ অমসুং মরু অমসুং (মরুদা পকলিবা মনপ) অদু ঈশিংদা তকলগা থোমলবদি ফৈ। ঈরু মাইথজবা অমসুং থকপা চাবা পুম্মমক্তা কুষ্ঠ রোগ পকপা মী অমনা শিজন্নবা কান্নৈ। মরাগী মকুগ ঘীগা ভৌরবা হীদাক চারগ অমুক হেন্না কান্নগনি।
- ৬। চহুই মপাল সের মখাই অমা নুংদা নিংথিনা তরুগা চিনি অঙৌবা সের অমা য়ানশল্লো। অমসুং নিংথিনা তকতুনা মচু নাপু মানহল্লো। ধুপ মকুপ শেম্ব গুমনা নিংথিনা তকলো।

চাং - অপিকপ অঙাংদা

মাষা ৪ - ৮

নুপী নহাদা

তোলা ১ - ২

নুপা অকনবদা

তোলা ২ - ১০ ফাউবা

হীদাক অসিনা থি য়ুং অমসুং নুংশিং থিংগংথিবা য়ান্না থুনা ফহল্লি। লোক লাইহৌ পহল্লি। মীরোনবী ফাউবা শিজন্নব য়াই। নুংদাং তুমলমদাইদা তোলা অমা নত্রগা তোলা ২ ফাউবা চারগা শঙ্কোম অশাবা থকলবদি অমুক খোং নিংথিনা হামদোকই।

হনুরৈ (মচু অহম)

MUSSAENDA FRONDOSA LINN

সং—শ্রীবন্তি, বাং—নগবল্লী

শিজল্লগদবা-মরাগী মকু, মনা ।

- ১। কঙ্কন দেশতা মসিগী মরা ½ তোলা শল ময়ুংগা তকলগা লাইথুং
অঙৌবদা তৈদুনা শিজল্লৈ ।
- ২। মনাগী মহী তোলা—১ গী শঙ্কোমগা শিজল্লরবদি মিৎ নাপু কাবা
হকচাং নাপু মানবা ঈশিং চৎপদা নাপু চৎপা—কামলা ফহল্লি ।
- ৩। মনা অমসুং মরা শুগাইরগা থোম্বা লীন চিকপা ফৈ ।

ওইনম

PAEDERIA P. Foetida Linn

সং—প্রসারিণী, বাং—গন্ধ ভাদুলিয়া, হিং—গন্ধালি

- ১। হীদাক ওইনা মনা ফুৎপগী মহী থকপা অশোনবা মীগী মপাঙ্গল
কনখংলি । বাতরোগকী ফরবা হীদাকনি । হকচাং শিথবা, তাং তাংদা
নাবা শজিং হৌগনবা ফৈ ।

অপরাজিতা

CLITORIA Linn

সং—অশ্বভরা, বাং—অপরাজিতা, হিং—বিষ্ণুক্রান্তি

- ১। অপরাজিতাগী মরাগী মকু শলগী ঘীগা তকলগা খৌরি পোম্বা অমসুং
ঘী ফহল্লি ।

দালচিনি (উশিংস)

C. Zeylani cur B I

সং+বাং—দারুচিনি।

চাং — মকুপ ১—৪

- ১। দালচিনি ড্রাম ১, হরিতকী ড্রাম ৪ ঈশিং আউন্স ৪ দা মিনিট ১০ ফুৎলগা থকউ। যুস্থাল্লোনগী কান্নরবা হীদাকনি। কামগী শক্তি হেনগৎলি।
- ২। শিং, দারুচিনি, এলাচি শরুক চপ মান্নহল্লগা তকখাইরগা চাক চাদ্রিঙৈ মমাংদা চামচ ১।১ চাও চাবা তুমগনি।

তেরা

BOMBA X Linn

সং—মহাবক্ষ; হিং, বাং—শিমুল

তেরা অঙৌবা অমসুং অঙাংবা মখল ২খক মনিপুরদা হৌই। পান্থী মচাগী মরু ফুকলগা শুগাসদুনা উরুমদা কংহনগনি। মাত্রা—ড্রাম ২ শঙ্কোম নত্রগা মাখলগা শিজন্মবদা ফস্বী ফৈ। (ভাব প্রকাশ)।

লশীং পান্থী

Gossypium Linn

সং—কার্পাস, বাং—তুলা, হিং—কুই

- ১। লশিং মরু তকখাইরগা শিং অমসুং ঈশিংগা যান্নরগা তৈরবদি অঙকোষ তুরুম পোমদুনা নাবদা তৈবা কান্নৈ।

- ২। লশিং মরাগী মকু অমসুং মরু অনিমক নুপীগী ঈ থিংগংপা ফহল্লি।
- ৩। মকু আউল ৪ ঈশিং পোইন্ট ২ দা মুন্না ফুংলগা তংখাই অমত্তা
ঙাইরবা মতমদা থাংথরগা আউল ২ মিনিট ৩০।৩০ গী মনুংদা
অঙাং পোকপদা ফৈ। (Ind. Med Gar. 1884)

তেলহীদাক

Plumbago Linn

সং হিং—চিত্রক, অগ্নিশিঙ্কা, বাং—চিতা, ইং—Lead wort

শিজিল্লগদবা শরুক—মরা অমসুং মকু মাত্রা (চাং)— $\frac{1}{8}$ —১ আনা।

- ১। মকু নুংদা তকলগা তৈবদা অপোন্না থুনা পোকখাইগনি।
- ২। তেলহীদাক মরু, শামর, হরিতকী, উচিথি ময়াম অইসি নিংখিনা
লৌরগা তকখাইরগা গ্রেন ৪০ নুমিং খুদিংগী চারবদি চাব তুমদবা
অশিনবা কাবা, পুকথিনবা ফৈ।
- ৩। মীরোনবী নুপীদা পীজবা যাদে। পীজরবদি অঙাং য়েথৈ।
- ৪। মখোম তৈরগা অপোন্না অমসুং অপাংপা থুনা ফৈ। লাইথুং অঙৌবদা
শিজিল্লবদা কাল্লবা ফংই।

শীজারৈ

GENUS-NYCTANTHES LINN

সং=সেফালিকা, হিং=হরসিজঘর, Eng - Night Jasmine

শিজিল্লগদবা - মনা, মকু অমসুং মকু।

চাং—মনাগী মহী—তোলা ১—২। মকু অমসুং মকু ফুংপগী
মহী—৫—১০—তোলা।

- ১। মনাগী মহী অমসুং খোইহিগা চারগা লাইহৌ ফৈ।
- ২। মরাগী মকু নত্রগা পান্ধীগী মকু শিজন্নরগা স্বাং নাবা অমসুং ফৈবাক চিকপা (Siatica) গী ফরবা হীদাকনি।
- ৩। মনাগী মহী অমসুং চিনিগা শিজন্নরবদি তীল অচৌবা মাংথোকই। মসি Santonine গী মহত্তা শিজন্নবা যাই। (B.D.B.)
- ৪। শিজ্ঞারৈ মরু তকখাইরগা কোক্তা তৈরবদি লুপৌ ফহল্লি।

কুথাপ—(অঙৌবা)

CLERODENDRON LINN

সং—ঘণ্টাকন, হিং—ভট, বাং—ঘেটু

শিজিন্নগদবা—মনা অমসুং মকু।

- ১। মনাগী মহী অমাং থোংদা পিচকারী কাপশল্লবদি তিন মচা (Thread Worm) ফাইদোকহল্লি অমসুং শিহল্লি।

চরোই তোং

C. Siphonanthus. R. Br.

সং—ব্রহ্মযতিক, বাং—বামুনহাটি; হিং—বারাঙ্গী

- ১। মরুগী মকুম, শিং অকংবা মকুপ, ঈশিংদা ফুংলগা থকলবদি লোক ফহল্লি। (চরক)
- ২। পান্ধী মকুগী মকুপ - খোইহি অমসুং ঘীগা শিজন্নরবদি শ্বসরোগা -

(শোরগী লাইনা - হারা কংখুনচিংবা) ফহল্লি। (চরক)

৩। মরুগী মরা চেংহিদা তকলগা তৈরবদি ঙাক্তা ঘী থুংবা ফহল্লি।

লীনমরৈ

OLDENLADIA. LINN

সং—ক্ষেত্রপর্পটি পর্পট, বাং—ক্ষেতপাপড়ণ, হিং—পিত

শিজিন্নগদবা - মশা পুন্মক। মাত্রা- তোলা - ৫- ১০ ফাউবা।

১। বায়ু, পিত্ত ফহল্লি। শিংলি শোনবা ফহল্লি।

২। পেরুক মহীগা শিজিন্নরগা অরুম লাইহৌ ফৈ।

৩। মৈনা পোকপদা শিজিন্নৈ।

কৌরু য়াই

T. CORDATA RO

সং—বিদারি, বাঃ—ভুইকুমড়া

১। মরু অদু হকচাং কনখংপা অমসুং ফগংপা হীদাকনি।

২। মরাগী মকুপ- ১০ গ্রেন চাংনাইনা চারগা ফীরাক পৈ তাবা, চাক
থাও চাওথোকপা ফৈ।

৩। মরা থাওগা তকলাগা তৈরগা কুষ্ট ফহল্লি।

লৈপাক—কুন্দো

PORTULACACEAE

সং—লোনিকা, বাং—কড়ুনিয়া

শিজিল্লগদবা—মশা পুন্মক

- ১। গণারিয়াগী ফরবা হীদাকনি।
- ২। মরু ইতোল ফাইবা ফহল্লি অমসুং তীল শিহল্লি। ফরবা হীদাকনি।
- ৩। মনা চাবা—ফীরাকনাবা অমসুং চিনয়া শোকপদা ফরবা হীদাকনি।

মুকথুরবি

ZANTXOXYLON ROXB

সং—ততুস্বরু, হিং—তেজবাল, বাং—নেপালীষনে।

শিজিল্লগদবা - মরুগী মকু, মরু অমসুং মকু।

- ১। মরুগী মকুদি পুকচৎপা অমসুং লাইহৌ অমসুং অসিনবা ফাবদা শিজিল্লৈ।
- ২। লোক থুংবদা উমলগা খৌনাও নাবা ফৈ।
- ৩। মরুগী থাওদি পোকহৌবা অমসুং কোককী লাইনা পুন্মক ফহল্লি।

গুঞ্জ-মালা

Abruss Linn

- ১। চনিং তকখাইরগা তৈবদা কোক তাংবা ফৈ।
 - ২। ঋতু মতমদা নোংমগী গুঞ্জামালা মরু ৪-৬ চারবদি মচা পোক্তে।
(ভারতীয় বনৌষধি)
 - ৩। হকচাং চিকখোংপদা মরু তকখাইরগা হংগাম থাওদা হাপতুনা
মালিশ তৌবা কাম্নৈ।
- য়েংগদবা = মখল অমগী হুনি।

মনাহীদাক

Coleus Lour

সং, হি—পাষানভেদী, বাং—পাথরচুর

শিজিল্লগদবা - মনা

- ১। মনাগী মহী থকপা লমছল ফৈ। অশিনবা কাবা চাব তুমদবা ফহল্লি।
- ২। মছ পানবনা চিকপদা তকখাইরগা থোম্বদা অনাবা মাংহল্লি।

তেংনৌ

Opuntia Tourn Ex, mill

সং—নাগফনা, ফনিমনসা। হিং—নাগফনি।

- ১। মশাগী মহি মীরোনবীনা লোকথুংদুনা থবাক ফুনবদা শিজিল্লবা কাম্নৈ।
- ২। মখোম ড্রোপ ১০ দং চিনিগা ম্যানদুনা থকলগা মাংবা য়ৈখংপা ফৈ।

হৈনজোম

A Carambola linn

সং—কস্মরঙ্গ, বাং—কামরঙ্গ, ইং— Chinese Goosberi

- ১। হৈনজোম ইংই, ধারকনি। থুমই অমসুং হুম্মাং শৌবা লোক অমসুং বাত ফহল্লি।
- ২। হৈজীং ফারবগী মহী থকলগা নুংশং ককলাই ফহল্লি।
- ৩। মপালনা লেংবা ফৈ।
- ৪। শুনুদা শুমজল্লগা শুনুগী ময়াক মাংই।

লম হৈজাং

G. Pentuphylla Corr.

সং—শাঘোট, বাং—আশসেত্তরা, বননেবু

- ১। মনাগী মহী ঘীদা ঠৌরগা সনাহিদাক চাদুনা পাংপা পোন্না ফৈ।
- ২। গে লমরিচ মকুপ মহৈগী মহি চাং মান্নহল্লগা চেদা ঘী তৈরগা কংহল্লগা মহৈগী মতোক তৈদুনা কংহনগনি। মদু চরুট শাদুনা থকলগা বৌনাও চাফাংপা অমসুং পোন্না ফৈ।

লৈপুং খাংগা

S. Xanthocarpun Sch.

সং—ব্যাপ্ত্রী, বাং—কণ্টিকারী, হিং—কটেরী

ইংলিশ—Wild Egg-plant

কাম্বা - মরু লোক ফহল্লি। হারা, লোক লাইহৌদা কাম্বে।

- ১। লৈপুং থাংগা অমসুং শিং থাংগা ২ মকী মরু তকথাইরগা নুমিৎ ৭নি
থকলবদি লমহুংগী নুং মচেৎ মচেৎ তাগনি।

শিং থাংগা

S. Indicum Linn

সং—বৃহতি, বাং+হিং—বৃহতি

শিং থাংগা মকুপ, শিং মকু চপ মান্নহল্লগা নাতোন্দা চিংশল্লগা অনাবা
জ্ঞান তাদবা হাকথি খল্লগা তারকই।

মোনশাওবী

Chenopodium Linn

সং—বাস্কক, হিং—বথুরা, বাং—বেতোশাক

শিজিল্লগদবা - মনা অমসুং মপাল।

- ১। এনসাং ওইনা চারগা ফীরাব অমসুং পৈগী লাইনা ফহল্লি।
- ২। থা অনি চুপনা অমুক অমুক নুংদারাইরম অমুক চারগা সাজনা মরুগা
সলফেট অফ কপার (Sulphate of copper) গা নুমিৎ খুদিংগী
তৈরবদি লাইথুং অঙৌবা ফগনি। (Miracle of Indian Herbs
Page 244 by - Kj, Dr. G.S. Varma 1)

ছগী জাং

উতোংলৈ

THEVETIA JUSS

সং—পীত করবী, বাং—কলকে ফুল

ইংলিশ—Yellow oleander

- ১। মরুগী মনুংদা যাওরিবা মতোং অদু ছনি। চারুগা খোং খুং
চিংশন্দুনা থোপ অমসুং চাকখাও থুনা শোকই। মমৈদা শি।
- ২। মকুপ সিনকোনা গুল্লা অরুম লাইহৌ ফৈ। যাননা চারবদি ছ কাই।

শগোলহীদাক

DATTURALINN

সং—ঘণ্টাফুল, বাং—ধুতুরা, হিং—সফেদ ধুতুরা

- ১। মক অমসুং মনা চাবগা কোক গাওই।
- ২। যাইঙং অমসুং শগোলহীদাক মনা শুরগা থোম্বদা থোমগী অনাবা
ফৈ। (ভাব প্রকাশ)
- ৩। শগোল হিদাকী মনাগী মহি রস ৫ বিন্দু ঘোলগা লোয়ননা শিজিমদুনা
তিল শিগনি।
- ৪। মপাল কাংহল্লাগা ফৌদোকপদা চুরট কুমনা থকলগা শোর হোনবা
গুমদবা খেবা ফৈ।

শগোলহীদাক অমুব

D. Fastuosa Linn

সং—কৃষ্ণ ধুতুরা

- ১। মসিগী মরুদি হুনি। কা হেন্না চারবদি থরাই ফুবা মাংই।
- ২। মনাগী মহি নাকোংদা ফোটা ২দং থাদরবদি নাকোং নাবা ফৈ।

অক্কোং

C. Procerera R Br

সং—অক- আকন্দ, বাং—আকন্দ, হিং—মাদার Eng Madus—

অঙৌবা অমসুং অমুবা মখল ২দি মণিপুৰদা ফংই। কান্নবা—উনশাগী
লাইন চাক—খাও চাওথোকপা, তীলু ফাইদোকপা ফহল্লি।

- ১। অক্কোং মনাগী মহী যাইঙংমকুপ হাংগামথাওদা নীংথিনা পাক
তৌরগা শিজিল্লবদি উনশাগী লাইনা অয়াস্বা ফৈ।
- ২। অক্কোং মখোম কংহলদুনা - - কুপহল্লগা যাইঙং মকুপ যানশল্লগা
তৌরবদি থরোইকুপ অমসুং লাইচাক ফৈ।
- ৩। মরাগী মকু অমসুং মখোমনা কুষ্ঠ অমসুং টাক্কীদা কান্নে।

কবিরৈ

NERIUM SOLAND

সং—করকী, বাং হিং—কানের Eng Rosecerry Sprne

- ১। মীতৈ মাইবনা মরা তকলগা অপোন্না হমজল্লবা তৈনৈ। মদু—চল্লবা—
ঘী—তৌরগা শাবা—ফৈ।
- ২। মনাগী মহীনা লীনচিকপা মছ পানবনা চিকপা ফৈ।

কেগে মানবী CROTON LINN

বাং—সং,—জয়পাল, হিং—জামাল পোটা

- ১। অকনবা জোলাপনি মরুগী মতোং হকচাংদা তৈবদা উনশা নাপু মানদুনা পোমখংলি। মছ কল্লি। মরুগী মতোং তংখাই অমা চাবদা খোং য়ায়া হামগনি।
- ২। শোধন তৌদনা শিজন্নরবদি য়ায়া খুদোংখি। মছ চম্ববগীদমক্তা এনশিল মহী শিজন্নরগা ফগনি।
- ৩। যাং চিংবা, শারৈ, জ্ঞানমাংবা অমসুং খোং খুং পংখবদা কনা কাগুন্না বৈদানা শিজন্নে। তীল ফাইদোকহনবদা অফবা হীদাক অমা ওইরবসু পাক হেক শিজন্নবা ফত্তে।

আবাকেগে

Jatropha Linn

সং—কানন এরণ্ড, বাং—বাগা ভেরেদ,

ইংলিশ—Physic Nut Plant

- ১। মখোম অমসুং মইহে হু মখল অমনি। চারুরগা খোং হাম্মী।
- ২। মখোম অদু অপাং অনোম, পুগ্ৰীদা শিজন্নে।
- ৩। মশাদু যাখিনজৈ ওইনা শিজন্নরগা চিন শেংই অমসুং য়ারি য়াখোং নাব ফৈ হয়না থাজনৈ।
- ৪। খোম খোক্তবা নুপীদা মনা মৈদা য়াইরগা খোমদা হীগা য়ৈনৈ।

- ৫। মখোম অদু ফীনুংগী হকচাংদা চাফাংপা অমসুং অনোমদা য়াম্মা কান্নৈ, অমসুং ঈ থোকপা খকহল্লি।
- ৬। মরুগী থাও ড্রোপ ১০ দগী ১২ ফাউবনা খোং য়াম্মা হামদোকই।
- ৭। স্বাং নাবা হকচাং চিকখোংপা অমসুং উনশাগী লাইনাদা শিজন্নগে হায়রবদি- হংগাম থাও অশেংবনা শরুক অনি অহ্ম হেন্না য়ানখাইরগা শিজন্নগনি
য়েংগদবা ঃ- ক়েগে মানবী চাকববদি শুনুগী ঈরু থকলগা মন্ড চম্মী।

কেগে

Ricinus Linn

সং—এরঙ, বাং হিঃ—রেডি, ইংলিশ—Castor oil plant

- ১। কাষ্টর ওইল অকনবা জোলাপনি।
- ২। শিং মহীগা কেগে থাওগা থকলগা পুকখিনবা ফৈ।
চাং - থাও ২½-৪ তোলা।

চেংক্রুক তিংখং পান্দবী

A. Tristis Linn

সং—তগুলীয়, বাং—চাপানচে

হিদাক ওইনা - মসিগী মহী অমসং গুগাইবগী মকুপ খোইহিগা থকলবদি প্রদর রোগ (ফীভৌ চংপা) লাইনা ফৈ।

- ১। চেংক্রুকী মরুগী মহীগা খোইহিগা থকলবদি উচিগী হু কাবা ফৈ।

- ২। রক্তপিত (ঈ শিৎপা) চেংক্রুক থোংদুনা চারগা ফৈ।

চেংক্রুক তিংঝং পানবা

সং—মারিষ, বাং—কাঁটানটে, হিং—কাঁটিদার

- ১। ঈশিং পৌহনবা হীদাকনি। মরু অমসুং মরানা ঈ হাথবা অমসুং গগোরিয়া ফৈ।
- ২। মশা পুন্নমক লীন চিকপা ফৈ।
- ৩। মরু শুগাইরগা থোম্বদা খুজিল লাইখুল ফহল্লি।

ঈশিং এনশাং

Marsila quardifolia Linn

সং—সুমিষমক, বাং—সুমিণি-শাক

- ১। হীদাক ওইনা মনা চারবদি তুন্না যাদবা তুমই। (সূক্ষত)
- ২। ঈশিং এনশাং ঘীদা ভৌদুনা চারগা ঈ শিৎপা ফৈ।
- ৩। থুম থাকুনা ঈশিং এনশাং থোইদিং থাওদা ভৌদুনা চারগা খুকউ শিথবা ফৈ।

কোম্প্রক তুজোম্বী

Enhydra Lour

সং—হিলমোচিকা, বাং—হিংচা, হিং- হরহুচী

চাং- মনাগী মহী তোলা ১—।

- ১। চাব তুমদবা পুন্ধী লাইনা পিত্ত ফহল্লি। ফীরাক নাবা ফৈ।
- ২। কোম্প্রক তুজোম্বীগী মনাগী মহীগা নিম মবাগী মহিগা থকলবদি লাইথোকপা ফৈ।

চেংগুম পান্বী

Solanum Linn

সং—কাকমাচি, বাং—গুডকামাই, হিং- মাকোই

- ১। আয়ুবেরদ শাস্ত্রন মসিবু পাঙ্গল হাঙ্গা ঈশিং পৌহনবা হীদাকনি হায়না লৌই।
- ২। চেংগুম মনা ঘীদা ভৌবগা থোম্বদা অপোম্বা ফহল্লি।
- ৩। ফীরাক তাবদা ছটাক ওদগী পৌরা অমা ফাউবা চেংগুম মহী থকলবদি ফীরাক তাবা (চাওথোকপা) ফৈ।
- ৪। মরুদি হুনি।
- ৫। মনা শাহল্লগা হকচাংগী থাও (তুরুম) পোম্বদা থোমলবসদি চিকপা শাব ফহল্লি।
- ৬। মনাগী ক্রাথ অমসুং অবিষ্ট থকলবদি হকচাং পোমখংপা ফৈ।

পাইরক পাইথু

(Accident)

ঈ থোকপা :- থাং তেন্না শোকপা, খুদিথিবা কোক কাইবনচিংবা তৌদুনা ঈ থোকলবদি ঈ থোকলিবা শরুক অদু রাংখংহনদুনা থমগনি। ঈশিং অয়িংবা অমসুং বরফ লুপ্লা লশিং নত্রগা অরুবা ফী থোমজনগনি। ঈ থোকলিবা অদুগী মথক খরা থম্মোয় (Heart) লোমদা কাখংলগা কল্লা পুশিনগনি। নত্রগা কল্লা খুংনা পাইশনদুনা থমলগা ঈ খক্কনি। তিংথৌ মহী তুলসী মনাগী মহী; শন্নারৈ মনাগী মহী থোকলগসু ঈ খকই। টিংচর আইওদিন মশক খংনরবা কান্নরবা ঈ খকুবা হীদাকনি।

নাহি তাবা :- নাহি তারবদি খৌরিদা লেংজুমদা ঈশিং অয়িংবা থোমউ। নাতোন্দা ঈশিং অয়িংবা চিংশিল্লু।

মৈ পোকপা :- মৈনা পোকপদি ঈশিং অয়িংবদা তিংলবা মান্ননা ফবা লৈতে হায়বা য়াই। কনাগুম্বনা ঈশিং হানগনি হায়না চিংনবদু অরেন্সনি। হল্লা ঈশিংদা মৈশা কোকত্রি ফাউবা তিংলগা মথস্তা অদুম ফজৈ।

(১) অলু শিংলগ থোম্বা মৈশা কোকই।

(২) খোইহি তৈরগসু ফৈ।

(৩) যুবীথাও অমসুং শুনুগী ইরু অনি তিন্নরগা শেন্সা মলম তৈরগসু ফৈ।

মমু পানবনা চিকপা :- মি, তীল কাংনা চিকপুদি মমু লৌথোকলগা চনম নত্রগা তিলহৌ মহী তৈশল্লু। পেরুক মহী হক্কামথাও শম্ভি পাংখোকী মকা মনপ তৈরগসু ফৈ।

ছ চারুবা :- ঈশিং সের অমদা থুম ছটাক অমা নত্রগা হঙ্গাম মরু
মকুপ ছটাক অমা যানশন্দুনা পিথকউ ওথোরক্কনি।

(২) ঈশিং অশাবনা অমাংথোংলোমদা এনেমা তৌগনি।

(৩) ফিটকিরি (Alum) ড্রাম ৩ চিনি যানবা ঈশিং আউন্স অমদা
মিনিট ১৫।১৫ দা পিথক্কনি।

(৪) ওম্বমথৈ থুনা চাকখাও তেংথোকনবা হোৎনগনি। শঙ্গোম
বালি মহী লাংনা শঙ্গোম পিথকপা যাই।

লিল চিকপা :- চিকলিব মফমদগী খরা কাখৎলগা ছ কারক্তনবা
কন্না পুনশল্লু। অদুগা মফম অদু থাংনা ঈঞ্চি $\frac{1}{2}$ পাকনা ইঞ্চি $\frac{1}{2}$ লুনা অমা
কোংথোকতুনা ঈ নিংথিনা থোকহল্লগা পারমেঙ্গানেট ওফ পাটাস খরগা
ঈশিং খরদং হাপতুনা নোইরগা মচু শংঙক্কনি। ডাক্তর খানা অনকপদা
থুনা পু। খুদোং চাদবা মফমদা ওইরগা তিলহৌ অমসুং থুম শুগাইরগা
থোমউ ॥ মচু শংজল্লকনি অমুক অনৌবা থোমউ। অসুমনা তোইনা তোইনা
তৌগদবনি।

(১) লফু মহী সের অমদা গোলমরিচ মরু ৩ তোলা ৩ যাল্লগা
থকউ।

(২) হুম্মাং ঙাহ্বেকপা (Steam bath) মিনিট ২৫ তৌবা কান্নে।

ঘুমগী হীদাক খাও

SELECTED HOME REMEDIES

- ১। গোলমরিচ (কালামরিচ) মকুপকা সিতামিশ্রি মকুপকা চাংমান্ননা তিন্নরগা—ঘী খরা যানশন্নরগা গুলি মচা মচা থোকনা শারগা থমউ।
—লোক কংখু অমসুং থবাকনাবদা উমলগা—য়োংশল্লু। মসিবু স্বামী শিবানন্দজীনা পেপার লোজেনস (Pepper Lozenges) কৌই।
(Home Remedies by Swami Sivananda)
- ২। শুনুগী ইরু কারকপদু ড্রোপ (ফোটাৎপ তপ তাবদু) ১০—১২ ফাউবা ঈশিং গিলাস অমদা যাল্লগা নোংমদা ৪ রক পীথকপা অমসুং লশীংদা শুনুগী ইরু অদু লুপশল্লগা ঈ হাথবা মফমদা নমশনদুনা থমলগা—নোংমদা ৩/৪ রক ওন্দুনা থোম্ব—। মসিনা নুপীগী ঈ হাথবা অমসুং ঈ—থোকপদা কান্নে। (Home Remedies by Swami Sivananda)
- ৩। শঙ্কোম অফস্বগী মপং অদু ফীদা যোমলগা যানদুন থমউ। ঈশিং মথৈ তাহনত্রগা তলদৌনা শারগা—খোইমহমদা থোমউ।
- ৪। হংগাম থাও অশেংবদা করপুর খরা শৌদোকহন্দুনা নৈখাইরবা থমউ। মৈদা শাহল্লু। স্বাংনাবা, তাং তাং নাবা, লু য়াং চিকপা ফগনি। নুপীগী খোমদা তৈরগা খোম থোকপা লেপখিগনি।
- ৫। করপুর—১ তোলা,
তিসিথাও- ৫,—তোলা
যাল্লগা হকচাং চিকখোংপা অমসুং পংথবগীদমক্তা হকচাংদা তৈবদা কান্নরবা হীদাকনি। মথক্তা তাকস্ত্রিবা চাং অসিদা কানি ½ গ্রেন যাল্লবদি অমুকা হেন্না কান্নবা ফংগনি।

৬। খোং হান্সা য়ৈখৎপগীদমক্তা স্বাইদগী হেন্না হকচাং শোক্তবা অমসুং শিজল্লবদা নুংশা থিফম লৈতবা হীদাক অমদি সোনামুখিনি। নুপী, নহা—অঙাং মীরোনবী, অহল, অশোনবা মী ফাউবা শিজল্লবদা থোইদোক্লা কিফম লৈতে। তৌইগুম্বশুং খোমনৌবী নুপীদা পীথকপদি কয়া পাংদে। খোম অদু—থকলুরগা অঙাং মখোং হামগল্লি—অমসুং পুকথিনগল্লি। শঙ্গোম অমসুং চিনি নত্রগা মিশ্রিগা ফুৎমিন্দুনা চাণ্ডল্লা লোনব য়াই।

(ক) সোনামুখি মনাগী মকুপ - ৩ তোলা—

শিং মকুপ - $\frac{1}{8}$ পিং—

ইশিং অশাবা পৌরা মখাই অমদা পুং অমা হেননা তিংলগা চুমথোকপা।

মাত্রা - তোলা - ৩দগী তোলা - ৬ ফাওবা (আউল ১ - ২ ফাউবা)
(Home Remedies by Swami Sivananda)

(খ) নুংশং তৌবা মীগীদমক্তা—

হরিতকী—	১—তোলা
বহেরা—	১—তোলা
হোপ—	১—তোলা
শিং অকংবা মকুপ—	১—তোলা
সোনংমুখী মকুপ—	$\frac{1}{2}$ —তোলা
সামর—	$\frac{1}{2}$ —তোলা

পুল্লপ য়ানশল্লগা লিকলি মখা খরা লাউবা অমদা থমউ।
তুমলমদাইদা তোলা $\frac{1}{2}$ অমা শঙ্গোম অশাবা য়ানদুনা থকউ। বাদাম

(Reliable Home Remedies) By Dr. Chandra Chakraty
M.D.P.H.D)

(গ) ফদিগোম মরু ঘীদা ভৌদুনা তকখাইরগা মকুপ লৌরো মদুগী
মকুপনা মখাগী ময়াল অসি শেম্মু।

ফদিগোম মকুপ—২ চামচ অচৌবা Table Spoonfull

চিনি— ২ চামচ অচৌবা Table Spoonfull

শঙ্কোম— ২ ১৬ আউন্স Table Spoonfull

নুংশং অমুসং চানিং থকনিংদবা ফহল্লি। ফস্বী ফহল্লি। খোং চিফেং
চিফেং মাংবা ফহল্লি।

৭। হাজমী -

জীরা মরুগী মকুপ —১ তোলা

গোলমরিচ মরুগী মকুপ —১ তোলা

উচিথি মরুগী মকুপ —১ তোলা

সামর মরুগী মকুপ —১ তোলা

শিং অকংবা মকুপ —১ তোলা

—৫ তোলা

নীংথিজনা য়ানখাইনরগা অহলনা চামচ মচা অমা অঙাংদা চামচ
১/৪ পীজরগা চাবা নীথিনা তুমহল্লি। খোং চিফেং চিফেং মাংবা—
ফহল্লি।

৮। লোকীদমন্তা -

হোপ মকুপ —১ তোলা

যষ্টমধু মকুপ —১ তোলা

বাদাম মরুগী মতোং	—১ তোলা
কিসমিস	—৩ তোলা
দালচিনি	—১ তোলা
	<hr/>
	—৭ তোলা

নীংখিনা তকখাইরগা গুলি ১২ স্বক থোকনা শেম্মু। নোংমদ গুলি-২=চাবা কান্নে। অঙাংগীনা গুলি ২৪ থোকনা শেম্মু। লোকখুবা, কংখু অমসুং খৌনাও মরেং মরেং চৎপা, খৌনাও ফুনবা খোল তাবা ফৈ। লোক লাইহৌদা য়ায়া কান্নগনি। (Reliable Home Medicine)

(ক) পাংগোং মরু ঈশিং তিংদুনা পোপথোকহন্নগা মনুংদাগী মরুগী মতোং লৌথোকনি। মদু নুংশংদা ফৌদোকলগা তকখাইদুন মকুপ লৌগনি। গ্রেন ২০ গী চাংদা নোংমদা পু- ৪- ৪ কান্ননা নুমিং ৩নি চারগা ক্যাস্টর ওইল ৪নি শুবদা থকনি। মদুনা তীল অশাংবা (Round worm) অমসুং তীল মচা (thread worm) ফহল্লি।

(খ) মোনশাওবী মরুগী থাওবু—“CHENOPODIUM OIL” কৌই॥ হুকরারম্ (Hook worm) গী ফরবা হীদাকনি। মরু তকখাইবগী মকুপ=তোলা $\frac{1}{2}$ দগী তোলা ১ ফাউবা শিজন্মবা য়াই।

(গ) কফেই মরুগী মকু নত্রগা কফেইগী হৈগী মকু তোলা ৪ ঈশিং সের অমদা য়ায়া মুন্না ফুংলগা সের মখাই অমরোমদা ওইরবা মতমদা—চুমথোকলগা—তোলা ৫।৫ (মঙা- মঙা) পুং ৫।৫ গী মনুংদা লোয়ন্না থকলবগী তুংদা কেগেথাও

(Costor Oil) তোলা ২ থকলগা তীল অচৌব ফাইদোকনি।

(ঘ) তিনশিবী মরুগী মতেংসু—তীলগী ফরবা হীদাকনি।

তিনশিবী মরুগী মকুপ—তোলা ২½

গোলমরিচ মরুগী মকুপ—তোলা ২½

নীংথিনা য়ান্নরগা গ্রেন—১৫—৩১ ফাউবা পীজবা।

তীলদা নন্তনা অরুম লাইহৌসু ফগনি।

১০। মলম (মরহলম)

খোইরু অসেংবা—তোলা ৩

অশেংবা খোইহি—তোলা ১২

অহানবদা খোইরু অদু মৈতালগী মৈদা পাত্র অমা থাংগৎতুনা শৌদোকহল্লগা খোইহী য়ানশল্লু অমসুং নীংথীনা নৈখাইয়ু। ফজরবা মলম অমা ওইগনি। চাফংপা, খুনিং কাইবা, অনাবা কয়ামুকী ফরবা মলমনি।

১১। লুপা হীদাক মৈদা পোকপগী মকুপ (Powder Borax) শরুক ১০
খোইহীনা শরুক ৯০ ওইহল্লগা চিন চফাংপা লৈ চাফাংপা,
শল্লৈবান, নুপীগী খোম মতোন্দা নাবনচিংবদা, স্বাইদগী হোন্না ফবা
হীদাক্রি (Home Remedies by Swami Sivananda)

১২। অংকোং মখোম—শরুক—১৮

খোইদিং থাও—শরুক—৮

য়াইঙং মকুপ—শরুক—১

ওইহল্লগা নীংথিনা নৈখাইরগা মলম অমা ওইরে। খুহিং অমসুং
উনশাগী লাইনা পুম্মক ফগনি।

১৩। নাকোং নাবগী হীদাক=খুজুম পেরেগী থাওগা-খড়িগা-থোইদিং
থাওগা তিন্নরগা নাকোং লাইখুল অমসুং নাকোং নাবগী ফরবা
হীদাকনি।

১৪। খোংহাস্থা ফগৎনবা হীদাক

(ক) হি অশেংবা —১ - গ্রেন

করপু—১

গোলমরিচ —১

আফিং— $\frac{1}{8}$ - গ্রেন

গুলি তারগা পীজৌ। খোংহাস্থা কলেরা ডাইরিয়া ফগনি।

১৫। এলাচি মরু (এলাচি মচা) নীংথিনা তকখাইরগা লিকলি অমদা
লৌদুনা থমউ মদুনা—করিগুস্বা জোলাপ চারুদুনা পুক থিনবা অমসুং
য়েক্লবদি—মাত্রা=গ্রেন ১০ দগী ৩০ ফাউবা শিজলগনি।

১৬। পুকথিনবগী দমন্তা

(ক) এলাচি — ড্রাম- ৪

জীরা মকুপ — ড্রাম- ৪

উচিথি — ড্রাম- ৪

শিং — ড্রাম- ৪

নীংথিনা তকখাইদুনা তিন্নরগা অমুক চাবদা গ্রাম ৩০ নত্রগা চামচ
মচা অমমম শিজিন্নরবদি পুকথিনবা, য়েকপ, চাকখাও নাবা ফহল্লি।

(Home Remedies by Swami Sivananda)

১৭। অপোন্তুগী হীদাক

পেরুক মনাগী —১ শরুক

কালি জীরা —১ শরুক

শলগী ঘী —১৬ শরুক

নীংখিনা য়াল্লরগা মলম শেমদুনা থমউ। ঈ শেংদুনা পোন্না খুদিংদা ফবনি।

১৮। য়াগী হীদাক অফবা শেম্বা পান্বে।

তিনশিবী মরু ভৌরগা তকখাইবা মকুপ —৪ শরুক

কবোখজি - (খদির) —৪ শরুক

লুপা হীদাক — $\frac{১}{৪}$ শরুক

নীংখীনা তকখাইরগা য়াহীদাক অফবা অন্না ওইরে। য়া নাবা, তীলচংবা, য়ারি পোন্না অমসুং য়া নোন্না ফহল্লি।

১৯। মেত্রুক মকুপ—নীংখিনা তকখাইরগা চিনিগা নত্রগা চিনি অঙাংবগা

তিন্দুনা পীজরগা ঈতোল ফাইবা ফহল্লি।

২০। ত্রিফলা—(বহেরা+হরিতকী+হৈগ্র) মকুপ—

২১। পেরুক মনা অমসুং মকা— —মাষা ৬

মুনফা (মরু লৌথোকলবা)— —মাষা ১০

হোপ— —মাষা ৬

গোলমরিচ— —মাষা ১

বদাম মরুগী মতোং— —মাষা ১০

ময়াম অসি তকখাইরগা তোলা ২ অমুক অমুক নুমিদাংরাইরম অমুক পীজরগা ঈ শারৈ (Hysteria) ফগনি। (নারি রোগাক্ষ ধন্বন্তরি) নুপীগী ঈ ফগনি।

২২। ঈশিং য়াফমগীদমক্তা —

(ক) উচিশুম্বল মৱাগী মহী গ্ৰেন ১৮০ দা খোইহীগা থকলবদি
ঈশিং য়াফমগী অনাবা ফহল্লি। হীদাক অসি লোক্তসু কান্নৈ।
(চৱক)

(খ) উচিশুম্বল মৱাগী মকুপ	সেৱ ২
হৈগ্ৰ মকুক	সেৱ ১
থোইদিং	সেৱ ১

নিংথিনা কুপহল্লগা লিকলিগী পাত্ৰ অমদা হাপতুনা থমউ। মাত্ৰা
(চাং) তোলা ১½ থক চিনি তোলা ৩গা শঙ্কোম খৱগা য়ান্নদুনা অয়ুক্তা
থকউ চহি অমা থকলবদি য়ান্না ফৱবা পাঙ্গল হাপ্পা, ঈশিং মৱী ফবা,
লাইনা পুন্মক কোকপা “ৰসায়ন” অমা ওইগনি। (Miracle of
Indian Herbs by KJ Dr. J.S. Varma page 256)

২৩। ৰক্ত চাপ (Blood pressure) কোক্তা ঈ হায়গংপগী হীদাক -

(ক) মাইবা চনম - তোলা ১২ নিংথিনা শুগাইৱগা শঙ্কোম সেৱ
১½ দা নিংথিনা ঠৌশলবনা পেৱাণ্ডুয়া (খোৱা) ওল্লবা
মতমদা তোলা ২।২ গী পেৱা শাও। মদু অয়ুক্তা অমসুং
তুমলমদাইদা অমমম চাও অমসুং শঙ্কোম খৱ থকউ।

Contributed by :- K. Pratap Singh D.Sc. (A)
Baidya Ratana, Ex. Director of Ayurveda Rajasthan.

২৪। ভুগতি মনা (মহাতিক্ত কালমেঘ) কান্নৱব হীদাকনি মখাগী মচলশিং
অসিনা গুলি শেম্মু।

ভুগতি মনাগী মহী	তোলা ১
দারুচনি (মালচিনি)	তোলা ১
এলাচি	তোলা ১
লবঙ্গ (লোং)	তোলা ১
গোলমরিচ (কাল মরিচ)	তোলা ১
<hr/>	
	তোলা ৫

নিংখিনা তকখাইরগা গুলি ২৪ থোক্কা শারো। নুংশাদা নিংখিজনা ফৌদোকলো। অরুম, লাইহৌ, ফীরাক নাবা, চাবা তুমদবা ফহল্লি। অঙাংগী পুক নাবদা ফরবা হীদাকনি।

২৫। পাখংবা লৈতোল (Euphobia Hirata সংস্কৃত—ক্ষীরণী) ফরবা হীদাকনি। মনিপুরদা নিংখিনা হৌই। মনা অমসুং মরী নিংখিনা উরুমদা কংহল্লগা মকুপ লৌরো। সিতামিশ্রি তংখাই অমা যানশল্লো। চামচ ১—২ ফাওবা চাও অমসুং শঙ্কোম পৌরা অমা থকউ ধাতুগী লাইনা, সিফিলিসকী নুংশিং গণরিয়গী নুংশিং ফহল্লি। নুপী খোম থোকহল্লি। নুপাগী ফস্বী ফহল্লি। হারা কংখু ফহল্লি। মসিবু ইংলিশতা “Australian Asthma Weed” কৌই। মরমদি—খোইহি শিজিন্নরগা হারা কংখুনা যাং কংশনবা লোক কংখু খুবা ফহল্লি।

(Practice of Nature Cure by Swami Sivananda)

শিদ্দহীদাকী জীবন চক্র

বেদ শাস্ত্রদা শিংথানরমলিবা শিদ্দহীদাকশিং অসিগী হৌফম অসি ঈশিং নুংশিংকী মতুংইন্ন (হাওরা পালী, Climate কী মতুং ইন্ন) শরুক অহ্ম থোকনা খাইদোকলম্মী। মদুদি- অনুপা, জঙ্কল অমসুং সাধাণ নত্রগা মিশ্র।

অনুপমা দেশ - তুরেল, পাং অমসুং চিং, জঙ্কল য়ান্না লৈবা নুংশিং তপনা অমসুং ইংনা শিংপা- অয়ান্না মতমদা লৈনিন কাদুনা লৈবা, চোং চোং লাওনা লৈবা লম অদুবু অনুপা দেশ কৌই।

অদুগুন্না মফমদা ফৌ, চু, লফু মরাং কাইনা হৌগল্লি। হায়রিবা মফম অসিদা কাংঙ, রাইনু, ঙানু, থেবা, ওক, ঈরোই অমসুং অতৈ লমশা য়ান্না লৈগল্লি। মফম অদুগী মীতাদি কফ (লোকনচিংবা) লাইনা নাগল্লি।

জঙ্কল-লমগং ওইনা তৌবা, নোং কয়া তাগন্দবা তিংখং পানবা পান্সী য়ান্না হৌগনবা, মোংশোং য়ান্না লৈগনবা, কুহাগী ঈশিংনা নমনা শিজন্ননবা ঈশিং তাংবা, মফম অদুদা হৌরিবা উইহে অয়ান্না থুমগনবা, অমসুং গাধা, শওম শজি অরাংবা, শা য়ান্না লৈগল্লি নুংশিং য়ান্না শাবা শিংকল্লি। নুংশিং শেংদে চিংমাল কয়া লৈগন্দে। নাপী হৌগন্দে। মরু মরাং হৌই। মফম অদুদা লৈবা মীতাদি ময়াং কংগল্লি। মফম অদুদা বাত অমসুং পিত্তনা নাগল্লি। ক্যামলৈ, অক্কোং, নাপু মানব উ নচিংবা পান্সী হৌগল্লি।

মিশ্র নত্রগা সাধারন দেশ- মথক্তা হায়ত্রিবা অনুপা অমসুং জঙ্কল অসিমক ইয়ান মান্না লৈগল্লি। য়ান্না ইংবসু নত্তবা অদুগ পংশা শাবসু নত্তে। ধাতু তরুক মকী-ফীবম নীংখিনা হোংই। লৈখোম থোকন্দে অমসুং ব্লীপদ (শামুখোং মানবা লাইনা অদু নাগন্দে বয়ু, পিত্ত, কফ, অহ্ম্মক চাং চপ চানা (সমদোষ) ওইনা লৈগল্লি। সাধারন দেশ অসিনা হকচাং ফগংনবা লম ওইগল্লি।

মথক্তা হায়ত্রিবা লম অহ্ম অসিগী মনুংদা মণিপুর অসি অনুপা দেশকী মনুং চল্লি। হিমালয় চিংজাওদা বনৌষথি কয়ামুক মহৌশানা হৌদুনা লৈবগুম মণিপুরদসু শিদ্দহীদাক কয়ামরু হৌদুনা লৈরশ্মী। মদুগী মথক্তা মহযি চরকনা হায়রশ্মী-মীওইবগা পান্ধীগা স্বাইদগী হেমা নকুরবা মরিনি। লৈপাক, ঈশিং, মৈ, নুংশিং অমসুং অতিয়া পঞ্চভূত মঙানা পান্ধীসু মীসু শাবনি। মরম অদুনা মীওইবনা নারিবা অসিসু তত্ত্ব মঙা অসিগী অথোই অহেল নাইবা নত্রগা রাংপদগী নাবনি। মরম অদুনা লম অমদা অমসুং হাওরা অমত্তা ওইবা মফমদা হৌরিবা শিদ্দহীদাক না লম অদুগী পঞ্চভূতনা শারকপা মীগী অথোইবা হীদাক ওইগদবনি থরাই পানবা জীব খুদিংমকীসু মথরাই মঙা খক জীবনীশক্তি মঙা খক) লৈ। মদুদি-মহাও (রস) ময়াই (গুন) মতিক (বীৰ্য্য) মকুই (বিপাক) অমসুং মঙাল (প্রভাব) কৌই।

১। মহাও-মখল তরুকনি। মদুদি অথুস্বা, অশিনবা, অয়াকপা, অফকপা, অশাবা, অমসুং অখাবা।

(১) লৈপাকী শরুক্লা হেল্লাগা-অথুস্বা হকচাং নৌইহল্লি।

(২) লৈপাক্সা মৈগগী শরুক্লা হেল্লাগা-অশিনবা

(৩) ঈশিংগা মৈগগী শরুক্লা হেল্লাগা-অয়াকপা

(৪) নুংশিং অমসুং অকাশকী শরুক্লা হেল্লাগা-অখাবা

(৫) নুংশিং অমসুং পৃথিবীগী শরুক্লা হেল্লাগা-অফকপা

(৬) মৈ অমসুং নুংশিংকী শরুক্লা হেল্লাগা-অশাবা

রস পোকই। তৌইগুন্সুং বৈজ্ঞানিকশিংগী মততদি অসুম হায়না লৌদে।

ঋতু তরুণ থোকা খাইবগী মতুং ইন্ন- রস তরুণ অসিসু হীদাক
অমসুং চিঞ্জাক্তা- মহাওশিং অসি হেনগৎলি। মদুদি-

হেমন্ত- অথুস্বা হেনগৎলি।

বর্ষা (নোংজুথা) - অশিনবা হেনগৎলি।

শরদ (মেরাথা) - য়াকপা হেনগৎলি।

শিশির - অখাবা হেনগৎলি।

গ্রীষ্ম (কালেন থা) - অশাবা রস হেনগৎলি।

বসন্ত - অফকপা রস হেনগৎলি।

কান্নবা—লৈপাকী শরুকনা হেনবা অথুস্বা রস মথৈনা হকচাং নোস
পেলহল্লি। মৈগী শরুকনা হেনবা মথৈনা হকচাং শাগৎহল্লি অমসুং চাব
তুমহল্লি। ঈশিংগী শরুকনা হেনবা শরুকনা ঈশিং পৌহল্লি অমসুং ঈ
ফগৎহল্লি। অয়াকপনা লোকনচিংবা অমসুং অশিনবা কাবনচিংবা পুম্মক
ফহল্লি। অখাবনা- লাইহৌ অরুম, লোক, তীলনচিংবা ফহল্লি। অফকপনা
খোং হান্সা নুংঙাই।

কান্নদবা—মাংগদবা অথুস্বনা হকচাং নিংথম চনবা, লোক হেনবা,
ওনিংবা, তীলহৌবা, ঘী থুংবদা, ঈশিং খাও চাওথোকপা মিৎসাবচিংবদা
কান্নদে। অনাবা হেনগৎহল্লি। অথুস্বনা অশিনবা কাবা, ঈশিং পুকচৎ থিবোং
থিবিং শোকপা মীদা চাবা পক্কেদে।

অশিনবা—অশিনবা কাগনবা, লাইহৌ, কুষ্ঠ, লাইথুং অঙৌবা
অমসুং বীৰ্য্য রাংপা মীদা চাবা পক্কেদে।

অয়াকপা—শরু শোনবা, পোক হৌগনবা, য়া ফত্তবা অমসুং ঈ
হাথগনবা মীদা পীজবা পক্কেদে।

অখাবা—হকচাং কংশিল্লি, পাক্সল শোলহল্লি অমসুং ওনিং ওনিং
তৌহল্লি।

অফকপা—পুক খিনবা, চাবা তুমদবা অমসুং লোক খুংবদা পীজরগা
অনাবা হেনগংলি।

অখাবা—ঈ ওবা, ব্রাহ্মবা, হকচাং চিকখোংপা অমসুং অপোম অংদা
প্ত্রদে।

(অকুয়া মরোলদি চীজাক অনিশুবা শরুস্তা স্বেংবিয়ু)

ময়াই (বীৰ্য্য)—হীদাকী মশাদা খুপতুনা লৈরিবা শক্তি অদুগী মমিংবু
ময়াই নত্রগা বীৰ্য্য কৌই। ময়াইনা হকচাংদা মৈশা নত্রগা অয়িংবা
হেনগংহল্লি। উক বীৰ্য্য অমসুং নীত বীৰ্য্য হায়না অনি থোকই।

মতিক (গুণ)—হীদাক খুদিংমক শাবা, ইংবা, মেংবা (মিষ্ক) কংবা
(রুক্ষ) লেংবা (বিষাদ) নানবা (পিচ্ছিল) থোংপা (মদু) অমসুং খৌবা
(তীক্ষ্ণ) হায়দুনা মতিক ৮ নিগাল খক লৈ।

মকুই (বিপাক)—হীদাক খুদিংমক চারবগী তুংদা চাবা তুমনবা মৈনা
চাকখেকব্রগ হাল্লগী মহাও (রস) অদু মশক হোংই। মদুবু বিপাক কৌই।
হোংলিবা বিপাক অদু মখল অহ্ম শুই। মদুদি-মধুর বিপক (অখুস্তা) অমলা
বিপাক (অখিনবা অমসুং কটু বিপাক (অখাবা)। মথংশিংনা মধুর বিপাকনা
লোক হেনগংলি। অন্ন বিপাকনা পিত্ত হেনগংলি অদুগা কটু বিপাকনা
বাত হেনগংলি।

য়েংগদবা—মহাওগা বিপাককা খেল্লবদি লৈনা খংলিবা অদুবু রস
(মহাও) কৌই। অদুগা বিপ কনা চাপ্রিব অচাপোং অদুনা হকচাংদা ওল্লকপবু
খংনগনি।

মঙাল (প্রভাব)—হীদাক খুদিংমকতা মীওইবগী ইন্দিয়না খংবা
 উমদবা অমসুং বাখলনা লাস্তা ফংদবা থোইদোক হেদ্দোকপা শক্তি
 অমমম লৈ। মদুবু প্রভাব কৌই। খুদম ওইনা করিগুস্তা হীদাক অমা
 কোক্তা নাদা অমদি খোইদৌদা থমলগা অনাবা কোকই। শোর হোন্দনা
 হেকউ। তিখি অদুদ নুমিৎ অদুদা পুংজা অদুদা হেকউ অমসুং
 নোংমাইজিৎদ নোংমাংখা চাইহেদে। অঙাং লোক থুংলবদি মোন মখাদা
 নোংমাংখা মনা থমউ। লাই থোকলবদি তাইরেল মনা অমদি নিম মন
 যুমদা অমসুং খোংগালদা থেংলগা ফৈ। অসিনচিংবা

মৈতৈ মাইব্গী কাংলোন অমসুং পুয়াদসু শিদিহীদাকী মরমদা পথাপ
 নাইবা, বাখল চংবা অমসুং যামনা চংখোলনা নৈননিংঙাই ওইবা হীরম
 কয়ামকু লৈরম্মী পুখিবা পুয়াদা যাওরি। করৌহনবা নুমিৎনা থোরকপদা
 নিংখৌ পুখিবগী মজা ইবেম্মা সৌবোল যাইরেম চনু অমসুং মনাও ইবেম্ম
 স্ন খোংনাং লৈম্মা অনিনা মপাগী মশাইগোন্দা লৌরি পান্দোং
 য়াল্লিঙৈদা- অনিগী মশক উবদা মীগী মশক লৌদুনা কুমথরকলগা- পাংখোং
 চল্লি অপোবনা মিনাই ওইনসি হায়না শিংনখি। লাইরেম্মী অনিনা অঙানবা
 নহাকনা হান্না চল্লো হায়রকপদা নুমিৎনা হায়রকখি।

নুমিৎ- নশানা তৌরি তৌরিবা থবক মথৈ খংবরা?

লাইরেম্মী—করিগী খংদনি।

নুমিৎ—অদু ওইরবদি নখোইনা অযুক য়েন্দামাংদগী যোং পাইদুনা
 লৌরি পান্দোং য়ানবগী যোংলৈ কয়া শুরবগে?

লাইরেম্মী—অনিনা হয়েং খুমগে হায়রমলগা মপাদা হংবদা মপানা
 নুমিৎপু শাওদুনা মচাশিংদা তাকপিখি। হয়েং করৌহনবা লাকপদা হায়মু।

ঐখোয়না যানবা যোৎলৈগী মশীংদি করৌহনবা নহাক্কা শগোল তোংদুনা
 খোংশালকপা মতম অদুদগী শগোল খুরূপ খৌরকতুনা মালেম লৈমা
 যৌরকপদা থাংস্ত্রিবা খোংথা মশীং অদুগা চপ মান্নবনি। মরম অদুনা নহাকনা
 মশীং খংলমগনি নহাক মশীং হায়রো। মপানা তাকপী তম্বীবা রাফম অসিমক
 করৌহনবা লাকপদা লাইরেন্সী অনিনা হায়রুরে। মীনম্বা লৈতবা অমসুং
 মথৈ ফংলগা হরাওবা নুমিৎকুম্বা লাইনা পাউখুম পীবা ওমদ্রবদা নুজা ওইবীগী
 লৌশিংনা অসি যৌনা খংলম হৈরমলৌই কনানা তাকলকপনো হায়দুনা
 কোইয়েং য়েংলকপদা—পুথিনা য়েনঝুংনা কুপতুনা ইংখোল লৌচিদা
 লোভুনা লৈবা উরদুনা হাৎকে তান্নখি। পুথিবনা শিবা তারে হায়না রাইখু
 ওন্দুনা তুরেল তান্না চেনথখিবদা করৌহনবগী শগোলনা তান্নরকতুনা
 নেংপদা—রাইখুগী মনমগন্দা শগোল খোংগুল তাখি ঈমু পামফেলনখি।
 ঈশিংদা পাঙ্গল লৈতবা শগোলনা কংফালদা কাখংখি। লাইরেন্সী অনিনা
 পম্বৌ শোকপা উবদা মীনাইশা শাওবা যাবরা? পম্বৌগী অনা লাইকন্নৌ
 নত্রবদি মীনাই থাদোকলৌই হায়না য়াথং পীরকখি। নোংদম্বা মপুগী য়াথংবু
 ইনগদরা নত্রগা লাইরেন্সী অনিগী য়াথংবু ইনগদ্রা নুমিৎনা নুংশুক নুংজানদুনা
 মশাগী শাইওল তরেংপু নীংশিংখি। মতম অদুদা নুমিৎ চয়োল তরেং
 চোংথোকখি। মথংশিংনা শিদিহীদাক মখল তরেংখক পুথোকখি।

নোংমাইজিংনা—	নোমাংথা
নিংথৌকাবানা—	নিংথৌখোংলি
লৈপাকপোকপনা—	লৈপাকলৈ
য়ুমশকৈশনা—	য়েরুম কৈরুম
শগোলশেলনা—	শগোল হিদাক
ইরাইনা—	লাইহীদাক
থাংজনা—	থাং হীদাক

ইমু পামফেলনদুনা লাইকন্নরিবা পুথিববু মাইবরেল তরেৎনা পুথোরকপা
শিদিহীদাক তরেৎনা লাইয়েংদুনা তিনকোক লাইকোকখি।

মথক্তা হায়ত্রিবা হীদাক তরেৎ অসিনা হীদাক পুম্মমকী পুকোক
তরেৎ ওইদুনা হীদাকী কাংলুপ তরেৎ থোকতুনা শল্লাই তরেৎকী লাইনা
মখল তরেৎপু লাইয়েংখি।

অশাবগী মপু নুমিৎনি। স্না অহিংবা মচুনি। স্নানা মথকী শকনি।
অশাবনা তীং হান্নী। অয়িংবগী মপু থানি। লুপানা মহাকী মশকনি। অয়িংবনা
অমেংবা অনৌবা অহাওবা ওলহল্লি। মৈশাবু চং কৌই। অয়িংববু শি কৌই।
অশাবনা চাং চপ চারবদি ফনদোকই, তিংথোকই, চাওথোকই। অয়িংবনা
চিংশল্লি, থুপচিল্লি। ফনদোকপা চিংশনবা অনিমক্তা পাজ্জল (গতি) ওইরিবা
অদুবু নুংশিং নিংথৌ কৌই। অনিগী ফন্থীনি। পাজ্জলবা কৌই। মথক্তা
হায়ত্রিবা রাফম অসিগা শিব পুরান্দা হায়রিবা রাপমগা চপ মান্নবা মতাং
য়াওরি। থিজনবিয়ু। অনাবা কোকুবা ঔষধ অমসুং মন্তুগী গুরুদি- বৈদ্যানাথ
কৌবা গুরু শিবনে। সৃষ্টীগী অহানবদা তাইবংপানবা পুম্মমকী অরা অনা
কোকুবা সপ্তবার পুথোকখি। অসিনচাংবা।

শল্লাইগীলাইয়েং

(SUN CURE)

‘অরংবশিংগী মনুংদা ঙাল্লিবা নুমিং ঐহাক্লি’। শ্রীকৃষ্ণগী
(গীতা)।

নুমিং কৌবা লাইগী তুংফম (অধিস্থাত্রী দেবতা) ওইরিবা সূর্য্য
নরানবু হন্না হন্না খুরুমজরি। পুলি পাঙ্গল অমসুং তীংগী হৌরকফম ওইবিদুনা
তাইবং পানবা পুন্মমক্তা মহাকী মশেক্লা ঙানবিরিবা অমসুং পুন্মমকপু
নুংঙাইহনবিরিবা লাই পুন্মমকী নিংথৌ লাইনিংথৌ ইবুংঙো মহাক্লা মতম
পুন্মমক্তা যাইফরি। মীতৈ ইপা ইপুনা নিংশিংবা থোকত্রবা মতমদগী হৌদুনা
কোরৌহনবা নুমিংপু ঈরাং পুজা তৌনরকই। মীতৈয়ুম খুদিংমক থাইনা
মমাংঙৈদা নোংপোক ওন্না শানরম্মী। যাহৌরকপদা অতিংঙা থক্তা
থোকলিবা ইবুংঙো মহাকপু খুরুম্লরম্মী মঙাং (বন্দ্ৰা) লুৱাং (বিষ্ণু) খুমন
(মহেশ্বর) গী মশক্লি। মরমদি অয়ুক অঙনবদা থোরকপা স্লা অহিংবগী
মচুমানবা অচং চত্ত তাইবংপান পুন্মমক্তা পাঙ্গল হাপ্পীদুনা শেমগং শাগংপগী
থবক পুবিরিবা শক্তিমান অদুবু মঙাং গুরু (ব্রহ্মাগী) গী মশক্লি। ৱাংখংখিদুনা
লুতোন কারবা মতমদা তাইবংবান পুন্মমকপু য়েংবিদুনা মফম খুদিংমক্তা
শন্দোক্লা শিন—থুংনা মঙোন্দা চিংশিল্লগা অৱাংপনা হাপচনবা অহেনবনা
লৌথোকপা চুমংথাকপা অচুম্বনা য়োকখংপা মালেম লৈপাক্তা পুন্মমকী
তীংবু হাপ্পীবা লুৱাং গুরু (বিষ্ণু) তেংবানবা মপুনা তাইবং পুন্মবু
য়োকখংলিবা নুমিংনা লুতোন ফংবা ৱাংখংনা থোকপা মতমদা মথক্তা
হাইরিবা লুৱাং গুরুগী মশক্লি। নুমিংনা হাইথরক্তুনা মালেম লৈকৌই পুংদগী
নোংচুপ পাংনা তাখিবা মতমদা (খমনুং চাংত্রবা মতমদা) ‘খুমন গুরু’ কৌই।
মতম অসিদা পৃথ্বি লৈমায়দগী মঙাল পুন্মমক চিংশিনখি।

তিনকোক লাইকোকুনব হকচাংদা পাজল, তীং হান্নীবা মরমদা মমা
মপানা অঙাং লৌবা “তীং তীং চাওরো, নুমিংনা কারিঙৈদা কাহৌরো”
হায়বা পাওরৌগা লৌননা মচাবু চোংহল্লি। নমু তাইবং মীগী মমিংনি হায়বা
খংনবা “নুমিং” কৌই। বেদনা লোকচক্ষু কৌই। ঙাল্লকপদা তাইবংগী
পুক্রিং হকচাং তেকখংহল্লি হায়দুনা (ঙানতুরেং) কৌই। পৃথি লৈমায়দা
লৈবা মহী মখে মহাকী মশেক্সা য়ৈদুনা মনিল ওইনা নোংথক্তা পুখৎলগা
অমুক পৃথি লৈমায়দা নোংগী মশক ওইনা থাদরকই। মদু খংনব লাইখুদেং
মাইপাকপী (মহী)- (নোং) য়াদুনা থম্বা কোইরপ কোইবা (মালেম লৈমা)
লাইজ থল্লা হাপচল্লো”। গীতাদসু ভগবান্না “তপাম্যহমং বর্য মিগ্‌হামুং
সৃজামিচ” ঐনা মৈশাসু পী অমসুং নোং খামদুনসু থম্বী অমসুং নোংসু
চুহল্লি। অসিগুম্বা তাইবং পানগী মহী (রস) কী হৌরকফম ওইবসি
কোরৌহনবা। মহাকনা থোরকপা মায়গৈ অহানবা অসিবু নোংপোকলকই
হায়বদগী নোংপোক কৌই। মহাক্সা তাখিবা মায়গৈবু-নোংচুপ=
নোং=নুমিংচুপ=তাখিবা মায়গৈবু নোংচুপ কৌই। তাইবংপান অসিগী মমা
ওইরীবি মালেম লৈমদা মপা ওইবা নুমিংকী বীৰ্যু-রসু-নোংনা তারগা
মখল মখা অয়াস্বা চিঞ্জাক অমসুং হীদাক লাংথক্তা চংদুনা তাইবাপানবদা
লৈবিবা থরাই পানবশিংগী শিদ্দহীদাক ওইনা লৈ। বস নত্রগা বীৰ্যু-নোং
অসি হৌরকফমনি হায়বা খংনবা কোরৌহনববু “মহীরেন” কৌই।
হিন্দুগী পৌরানিকী ব্রাহ্মদা সূর্য্যদেবনা উদয় গিরীদগী সপ্তনাহন (শগোল
তরেংনচিংবা অরুননা সারথী ওইবা দোলাই তোংদুনা। থারকই হায়না
রুক ইরে)। হুজিকী বৈজ্ঞানিকশিংনা নুমিংকী মচু তরেং (seven
colours) খক লৈ। মচুশিং অদুগী মনুংদা আলট্রভাসলেট কৌবা মংগ্রামচু
মানবা মঙাল অদুনা মীওইবগী হকচাংদা অমসুং পান্ধিশিংদা য়ৈরগা ভিটামিন
ডি কৌবা হায়বসি লেপলে। মচু তরেং (seven lights) অদুবু শগোল

তরেংকা প্রমাণ তৌবদি মঙাল (Light) কুন্না যাংবা অমসুং থুবসি লৈতে
 যাংবগী শক্তি অসি হ্জিকসু হরাগাডী ইঞ্জিনশিংবুসু - 7 Horse power
 - 5 Horse power হায়দুন Horse না Unit ওইরি। ওইসনু। “অক্লন”
 হায়বসি অম্বুক অঙনবদা থোকপা নুমিৎ মশক উদ্রিঙৈদা গাঙাবা মচুগী
 মশক ওইবা মঙাল অদুবু খংনৈ। মহাক্লা স্বর্যাদেবগী সারথীনি। মাংদা মঙালবু
 শেন্নবা সারথিনি (ড্রাসভর) হায়না রূপক তৌই। তৌশনু। অম্বুক অঙনবদা
 থোকপা সেংলবা নুংশানা হকচাংদা য়ৈরগা হকচাং ফগংলি হায়বসি মীতৈ
 ইপা ইপুসু খংনরম্মী। মরম অদুনা যাহৌরকপদা নুমিৎপু হন্না খুরম্নরম্মী।
 হিন্দু আৰ্য্য ঋষিসু সূর্য্যনমস্কার কৌবা শাজেন মখল অমা শান্নরম্মী। মীতৈ
 ইপা ইপুসু চিংখৈলোন” কৌবা শাজেন অমা শান্নদুনা পুনশি
 তোলাইনরম্মী। হকচাংসু তিনজেল লাইচেন্দবা ওইরম্মী। হ্জিক্কী
 বৈজ্ঞানিকশিংনা seven colours (মচু তরেং) হায়বা হিন্দুশিংনা শগোল
 তরেং কৌবা নুমিৎকী মশেক তরেং অসি চুমথাং খনবা মতমদা নত্রগা
 থবী যুম শাবা মতমদা উবা ফংগনি। মচু ৭ অদুবু ইপা ইপুনা শল্লাই ৭ থোল্লি।
 অসিগুম্বা শলাই ৭ অসিগী মমিংদি মখাদা ইরিবা মাদুদি :-

আঙোম অঙৌপাদব কমলা মচু—	(Orange)
নিংখৌজ—অঙাংবা ই মচু—	(Red)
লুবাং—হীগোক—	(Indigo)
খুম্ন—ম্বাংগ্রামচু—	(Violet)
মোইরাং নাপু—	(Yellow)
খাবা—অশংবা—	(Green)
ঙানবা—নীম মানবা—	(Blue)

হকচাংগী তীং (Vital power) হেনগৎকদবা মচাক অমা হান্নী মচু তরেংকী ফী শংলগা ফীরান কংলি। মচু তরেংকী নত্রগা শল্লাই তরেংকী মতুংইন্না লাইনাশিংসু তরেং থোকনা খাইদোকলগা মাইবা মাইবীনা লাইয়েং পথাপ শেমলম্মী। চয়োল তরেংকী মতুংইন্না শল্লাই তরেং ওইহল্লগা তত্ত্ব তরেংকী মতুং ইন্না রাখল তৌদুনা নুংশাগী মঙালদা য়াম্মা কুপনা যাওন্ত্রবা তাইবংপানগী মপু নুমিৎ কৌবা লাইদগী থোরকপা তীং হান্নী শিদিদাদক হকচাংদা চংনবা হোৎনরম্মী। হুজিকী খং হৈরবা শরীর তত্ত্ব খংলবা পণ্ডিতশিংনা (helio theraphyor chromopatny) মচুগী লাইয়েং কৌদুনা লাইয়েংবা ইউরোপ আমেরিকাদা হৌনরকলে। মসি ভারতবর্ষাদা অর্যা ঋষিশিংনা হান্না খংলম্মী। মদুগী খুদমদি অনাবা ফরকলগা “আরোম্যা স্নান” তিনকোক লাইকোকপা, তিল্লি লাইরি থংপা নুমিত্তা ইরু মাইথজবা লৌইরগা সূর্যা পূজা তৌদুনা পুনশি নিনে। অদুগী মীতৈগী অহল লম্মান্না স্নামহী লাইনিংথৌ নুমিৎপু পূজা তৌরগা নুমিৎ কৌবা লাইবু ইরাং পূজা তৌনরমই। গায়ত্রী উপাসনা তৌবা অসি মকসু “সবিতু” হায়বসি সূর্যাদেব নুমিৎ কৌবা লাইবুনি। প্রাকৃতিক চিকিৎসা (Nature cure) দা sun bath (নুংশাগী লাইয়েংগা) মনুং চনফম থোকই। ইহৈ হৈতবা মীন তৌথরবসু শৌইরগা থরাই মাংবা হকচাং নাব হেনগৎকদবা লৈতব মরমনা শিদিদাদকনি হায়বদা থোইদোক্লা লানফম থোক্তে।

নুংশা মঙাল্ল কান্নবা- নুংশাদি মশা ফবা অমসুং অনাবা অনিমন্তা কান্নে। হকচাংদা লাইনা চংবা ঙাকথোকই। অমসুং তীং য়োকখংতুনা হকচাং ফগংহল্লি। নোংমা নিনিদং নুংশা থোক্তবদা মী পুন্মমক চাব তুমদদুনা পুন্নিং নুংঙাইতে।

নুংশানা উনশাদা য়ৈরগা হকচাং পুমনমক শাগৎলগা উনশাগী মখাদা লৈবা (মহাও চবির্ব নত্রগা fat) শৌদোকলগা ভিটামিন ডি নুমিংকী মৈশাদগী হকচাংদা লৌশলহৌই। মদুন শরু - শয়াং ফহল্লি, হকচাং নৌখৎলি। উনশাগী লাইনা অয়াস্বা অমসুং অপোম অতং অমদি লাইজৌবনচিংবা লাইনা পুমনমক নুংশা য়াসরগা য়াম্মা কংশল্লি। যম্মার থুংবা শরু শয়াং শোকপা হকচাং চিক খোৎপদা নুংশাদা নিংখিনা য়াইরগা কোকহনবা ওম্মী।

মরু ওইনা মিৎকী লাইনা অয়াস্বা অয়ুকী নত্রগা নুংদাংরাইরমগী শেংলবা নুংশাদা মিৎ উইশল্লগা লা অমা মাইদা খল্লগা নুংশা মঙান অদু মিত্তা য়ৈহন্দুনা মিৎকী লাইনা কয়া কোকপা ওম্মী। য়েংবদি সেকেণ্ড খরদং হৌরগা মিনিট ৫-১০ ফাওবা য়েংগদবনি। লোইরগা ঈশিং অয়িংবনা মিৎ চামথোকদবনি। অচাপোৎ-কমল, কিসমিস, শঙ্কোম, চিনি, ঈশিং-নুংশাদা নিংখিনা ফৌদুনা চারগা হকচাংগী মখল মখা অয়াস্বা লাইনা কোকই।

মচুগী লাইয়েং (CHROMOPATHY)

হজিকী মতমদা ইউরোপ অমসুং আমেরিকাদা হীদাকন্ত হান্না য়াম্মা খাজনরস্বদু তোকুরক্লে। জার্মানগুস্তা দেশতদি নোংমা নোংমগী হীদাক থাদোক্ল রকতুনা প্রাকৃতিক চিকিৎস্যা (Nature cure) দা চংশনরক্লে করি অমুক হাইগনি মী ১০০গী মনুংদা মী ১৬তি প্রাকৃতিক চিকিৎস্যাদা ওস্তুরক্লে। আয়ুবেবদ এলোপেথিক, হোমিওগী হীদাক শিজলিংদ্রবা মীশিংনা নুমিংকী মঙান্দগী লৌবা হীদাক মখল কয়ামুকনা লুর লুরবা অনাবা শেল চংদনা লায়েনরক্লে লাইয়েং অসিগী মমিং “হংসোদক চিকিৎস্যা” নত্রগা (colour cure) অমসুং “chromopathy” কৌই।

লাইয়েং অসি য়েংগদবা মীদি- মছ চেনবা হীদাক চাবা য়াদে।
হকচাং- অসি cell (কোষ) শিংনা শাবনি।

মখলমখা অয়াস্বা মচাকনা কোষ ওইত্তিবনি। অরাংপা নত্রগা
অহেনবা মচাকশিং অদুনা শিদ্‌না মীগী হকচাং অসি নারকই। চাং চপ
চানরগা হকচাংগী লাজ্জনা কোকহল্লি। অহেনবা লৌথোকপা কোষশিং
অদুদা ১সু অরাংপা হাপচনবা ওম্বদি মচুগী মনুংদা নুংশাগী মঙালনা চিংলগা
থবক তৌবা ওম্বী।

হকচাং নাবসি-অশাবা হেনবা অমা নত্রগা ইংশল্লকপা অমা নত্রগা
কংশল্লকপা অমা ফীবম অহ্মসিগী মতুংইন্না ওইরকই। আয়ুবেবদ শাস্ত্রদা
বায়ু, পিত্ত, কফ হায়বসি কোষশিংদা শাহনবা, ইংহনবা অমসুং কংহনবা
থৌওংবু খংনৈ। মীতৈ মাইবগী কাংলোন্দসু মৈ, ঈশিং অমসুং নুংশিং
অহ্মগী বিচার তৌরিবা অসিসু বিজ্ঞান অমত্তগী মচাকনি। অচুস্বা অমত্তনি।
নিয়ম তোঙাল তোঙাল্লবসু লোন মান্দ্রবসু পনথুংফম অমত্তনি মচু ৭কী
মতুংইন্না ফগদবা লাইয়েং মখাদা শুগাইনা ইজরি।

কমলা রং

(ORANGE)

মচু পুন্মমকী নিংখৌদি কমলা মচু (orange) নি। মহাবানীনা অশংবী
মচুনি। হিন্দুগী লম্বোইবনা গেরুৱা মচু শেংলিবসি মবম অসিনা য়ুন্না আৰ্য্য
ঋষিশিংনা খংলম্বী। কমলা মচু উরগা হকচাং মাঙহনবা ওম্বা মহীক- মন্নাই
(germ) য়াম্মা লাইনা শি। হকচাংগী ঈ ফগৎলি অমসুং শাগৎহল্লি। শীংলি
তেকখৎহল্লি। জগৎকী মপু শ্রীকৃষ্ণ “পীতাম্বর ধব” হায়বদু- কমলা রং
মচুগী স্না ফিগে থোল্লি হায়বনি। মচু অসিনা মতম কুইনা ফাবা ওমদ্রবা

হকচাং চিক ষোংপ, হারা, কংখু, ঈশিং থোংদা নুং লৈবা, শারৈ
লম্প্রাই- কলেরা অমসুং থাগী ষোংকাপ য়ৈখৎখিবা ফহনবা ঙ্মী।

অশংবা মচু (GREEN)

মচু অশংবদি- শান্তিগী খুদমনি। সরস্বতী অমসুং শ্রীমতী রাধানচিংবা
দেবীশিংগী কীজ্জৈ অশংবা মচুনি। মরমদি- প্রকৃতি মহৌশানা লাইরেস্বীবু
“শস্য শ্যামলং যাতরম” মহৈ মরোং ইশং শংবী মহৌশা লাইরেস্বীবু ঙংনৈ।
মহৌশা লাইরেস্বীনা ইশং শংনা উ- বা, নাপী মহৈ মারাংশিং অসি অহানবদা
মচু শংবানবনা নমই। অশংবা মচু ঈরগা শিংলি অসি ইংথহল্লি। পুক্রিং হকচাং
নৌহল্লি। মিৎকী পোখাকম ওইহল্লি। মনা মশিং মশংবা, হৈরা অশংবা,
চারগা কাল্লাবা ফংগনি।

অশংবা মচুনা কাল্লাবা- অশংবা মচুনা শিংলি ফগৎহল্লি। অনাবগী
মৈচাক ইংথহল্লি। মিৎকী অনাবা কোকহল্লি। থোপ ফহল্লি। নুপীগী
নাওফমদা নাবা লাইনা কোকহল্লি। অহিংদা কাছাচংপা অমসুং য়ুস্থানলোনগী
(sexual disease) অখুগ্লা লাইনা কয়া ফহল্লি।

গোনোরিয়া, সিকিলিস, থম্মোয়গী লাইনা, কোকচিকপা কেনসর,
ইনফুয়েঞ্জা ফহল্লি।

নাপু (Yellow)

নাপু মচুদি- অনৌবা অসেংবা, রসকী তুংনফম ওইবা খুদমনি।
লফোই, কীহোম, চম্প্রানচিংবা নাপু মচু মানবা অচা পোস্তা নুমিংকী মঙান
নাপু য়ালা হেলা চংই। মরম অদুনা নাপী কাল্লাবদু ফংগে হায়রবদি অচাপোংশিং

অসি চাগনি। চাবা তুমদবা, খোংহান্না য়ৈখৎপা, পুকথিনবা, নুংশিং কাবা ঈশিং পুকচং, নুংশং, লাইথুং থুংবা উনশাগী লাইনা অয়ান্না নাপু মুনা ফহনবা ওম্মী।

অঙাংবা (Red)

হকচাংগী ঈ খৌগৎপ, পান্সল হান্না, অনাবগী মহিক শিহনবা ওম্মা মচুনি। অকন অথৌ হাৎপা, থিনবা, থবক, য়াংশনবদা অঙাংবা মচু শীজিন্নৈ। থারামাল অমসুং কেলোরিক রেজ (thermal and caloric Rays) কৌবা মচু অনিখক য়াওবনা শাওবনা ইংথবা, হকচাং চিংশনবা, লাইনা কয়ামুক্তা নিংথিনা ফহনবা ওম্মী। তৌইগুস্বসুং হান্না শাদুন লৈরমলবা মফমদা অঙাংব মচু শিজিন্নবদি ফত্তে।

শিংলি কনখংহল্লি। থাগী ঈ লেপখিবা লাকহল্লি। ফন্নী শোনবা কলহল্লি। হকচাংদা ঈ অঙাংবগী শরুক (Red cropuscles) শিং অসি অঙাংবা মচু ফংলগা মশীং য়ামথোরকই। হকচাং শিথবা অমসুং লাইথোকপা (small pox) তা অঙাংবা মচু শিজিন্নবা য়ান্না কান্নৈ। হৈ মকু ঙাংবা আপেল, পালংশাক, কফোই, মোরোক, বিটনচিংবা চিঞ্জাকশিং অসি চারগা অঙাংবা মচুগী শরুকশিং অসি ফংই।

মংগ্রামচু (Violet)

ময়াই কাহনবা মচু পুন্নমক্তগী অথৌইবা মচু অমনি। হকচাংগী ঈ ফগৎনা, হকচাংদা তীং য়ান্না হাপচনবা রাখল লৌশিং চাওখংহনবা ওম্মা মচুনি। ধ্যান তৌবা মতমদা মচু অসি নিংশিংবদি হকচাংদা অধ্যান্তিক শক্তি য়ান্না হেনগলকই।

“যস্মার” গী অহানবা হৌগৎলকপা, শিংলিদি অনাবা ফাউবা খুৎশা চিংশিনব, অমসুং নিকপা মাই মিৎ চিংবা লাইনা কয়ামুক কোকহল্লি। মরু ওইনা যাং মরীদা নাবা লাইনা কয়া কোকহনবা ওন্মী।

নিম মানবা

(Blue)

শংবান্নবা- নিম মচু মানবা অশংবদি- নোংদোল অতিয়াগী মচুবুনি। অশংবা মচুদা কান্নরিবা শরুক অদুমথৈ নিমানবদা কান্নে। লাইহৌ তৌবা, উনশাগী লাইনা, অপাং অনোম যা নাবা খোঞ্জোজ শিথবা, লোক খুল্লাই, শারৈ, ওবা, মিত্তা নাপু ফাবা, পুকথিনবা, পুক শাওগৎপদা নিম মানবা মচু য়ান্না ফৈ।

হিগোক

(Indigo)

শাগৎপা অঙাংবগী মচুগা নিমানবগী অয়িংবা তিল্লরগা পোকপা মচুনি। লোক কংখু খুবা, হার, যশ্মা, চাবা তুমদবা মিৎ নাবা, নাকোং নাবা, নাতোন নাবা, নুপীগী ফীঙৌ চৎপা, হকচাংগী থাও চাওথোকপা- লাইনা কয়ামুক্তা হীগোক মচুনা লাইয়েংগনি।

মথক্তা তাকপ্রিবা মচু তরেংনা লাইনাশিংদা কান্নবগী রা ইপ্রো অদুবু মচুশিং অসি করম তৌনা শিজন্নগদগে হায়বদু মখাদা তাকচরি। নোংগী নত্রগা তুরেনগী ঈশিং অদু ছানা তরেংলক থুপতুনা চুমথোকপা কান্ন কান্নগদবা মচু মচুদুগী লিকলিদি হাপতুনা পুং ৪ হেন্না নুংশাদা ফৌরবনি। হীদাককুমন শিজন্নবা য়ারে। নোংমদা পৌরা অমনা ৩ লক পিথকপা

কান্নগনি। মদু নত্রগা চিনি অঙৌবা, মিশ্রি ওইরগ মচু অদুদা হাপতুনা চয়োল
অনি নুংশাদা ফৌগনি। তৈনবা হীদাক শেন্সা তারবদি থাও অহিংবদু মচু
অদুগী লিকলিদা হাপতুনা নুমিৎ ৪০ নি নুংশাদা ফৌগনি চিনি নত্রগা মিশ্রি
অমসুং ঈশিংদি চাব য়াই অদুগা থাওদি মপান্দা তৈবদ শিজন্নগনি। থাওমৈগী
চেম্বিদ নত্রগা ইলেকট্রিকী (Bulb) কী মচু অদু অহিংদা থান্দুনা মচু অদুগী
মঙান্না হকচাংদা য়ৈহনবা কান্নে। শেৎন চাননরিবা ফরোন, অমসুং
পদারনচিংবা ফী অদু কান্ন কান্নগদবা মচু অসি শাদুনা শিজন্নবা য়াগনি।

লাইথোকপদা অঙাংবা ফীরোল, অমসুং মশ্যারদ কমলারং অঙাও
অফৈদা অশংবা মচু শিজন্নরকপসি ভারতবর্ষগী বৈদ্যশিংসু অদুম
শিজন্নরকই। মীতৈ মাইবশিংসু থৌ-লাং তৌবদা ফীরাম মচু শংদুনা
য়েংহনবা অসি চৎনরকই।

নলোইরবা